



Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Animasi Kartun Terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Fast Food Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 31 Kota Pontianak

Kikky indriyani , Shelly Festilia Agusanty, Martinus Ginting

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

ABSTRAK

Latar belakang : Anak sekolah umumnya lebih memilih makan jajanan dari pada makan masakan ibu di rumah. Pola makan yang tidak sehat dan tinggi kalori pada anak sekolah dapat mengakibatkan masalah gizi masalah ini sering dikaitkan dengan pola konsumsi kebiasaan makan dan perilaku baik di rumah maupun di sekolah. Perilaku makan seperti, konsumsi makanan jajanan dan fast food yang tinggi lemak dan tinggi kalori.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media animasi kartun terhadap pengetahuan dan konsumsi makan fast food pada anak sekolah dasar.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan pre-experiment dengan rancangan one group pretest-posttest.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan penggunaan media video animasi terhadap pengetahuan ($p=0,000$). Rata-rata skor konsumsi fast food sebelum pemberian media animasi adalah 185.00 sedangkan rata-rata skor konsumsi fast food setelah diberikan media animasi adalah 90.00. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan penggunaan media video animasi terhadap konsumsi fast food ($p=0,000$). Ada perbedaan pengetahuan gizi, konsumsi fast food sebelum diberikan edukasi gizi media animasi kartun, serta ada peningkatan setelah pemberian video animasi.

Kata Kunci : Video animasi kartun, pengetahuan, konsumsi fast food

The Influence Of Nutrition Education Using Cartoon Animation Media On The Knowledge and Consumption Of Fast Food In Elementary School Children At SDN 31 Pontianak City

ABSTRACT

Background: Schoolchildren generally prefer to eat snacks instead of eating mother's cooking at home. An unhealthy and high-calorie diet in schoolchildren can result in nutritional problems this problem is often associated with the consumption of eating habits and behaviors both at home and at school. Eating behaviors such as, consumption of snack foods and fast food that are high in fat and high in calories.

Objective: To determine the influence of nutrition education using cartoon animation media on the knowledge and consumption of eating fast food in elementary school children.

Research method: This study used pre-experiment with a one group pretest-posttest design.

Results: The results showed that there were differences in the use of animated video media to knowledge ($p= 0.000$). The average fast food consumption score before giving animation media is 185.00 while the average fast food consumption score after being given animated media is 90.00. The results showed that there were differences in the use of animated video media to fast food consumption ($p= 0.000$). There are differences in nutritional knowledge, consumption of fast food before being given nutrition education in cartoon animation media, and there is an increase after giving animated videos.

Keywords : Cartoon animated video, Knowledge, fast food consumption



Pendahuluan

Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan modal pembangunan. Oleh karena itu tingkat kesehatannya perlu dibina dan ditingkatkan. Upaya kesehatan tersebut adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah dasar yaitu usia 7-12 tahun. Gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas, yaitu sehat, cerdas, dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif. Jadi perbaikan gizi anak sekolah dasar khususnya merupakan langkah strategis karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian SDM yang berkualitas. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak adalah kebiasaan makan. Anak sekolah umumnya lebih memilih makan jajanan dari pada makan masakan ibu di rumah. Kebiasaan anak senang jajan dapat berdampak buruk sebab banyak makanan jajanan yang tidak aman dan tidak beredar. Mengonsumsi makanan jajanan yang tidak aman dan tidak sehat dapat menyebabkan anak terkena penyakit dan dapat menurunkan status gizi anak (Suzana & Haris, 2018).

Pola makan yang tidak sehat dan tinggi kalori pada anak sekolah dapat mengakibatkan masalah gizi yang serius yaitu obesitas. Pada anak sekolah, kejadian kegemukan dan obesitas merupakan masalah serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa serta merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik (Nugroho, 2018).

Kegemukan dan obesitas terjadi akibat asupan energi dan lemak lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan (kurangnya aktivitas fisik dan sedentary life style). Masalah ini sering dikaitkan dengan pola konsumsi kebiasaan makan dan perilaku baik di rumah maupun di sekolah. Perilaku makan seperti, konsumsi makanan jajanan dan fast food yang tinggi lemak dan tinggi kalori, terutama makanan jajanan yang digoreng ini sering terjadi. Selain itu makanan jajanan juga tidak mengenyangkan. Hal ini yang dapat dikaitkan dengan terjadinya obesitas pada anakanak sekolah (Nugroho, 2018).

Sediaoetama menyatakan bahwa tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat dan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Jika pengetahuan anak sekolah kurang mengenai gizi seimbang dan makanan cepat saji maka akan mempengaruhi sikap anak sekolah terhadap pola konsumsinya, dan akhirnya mempengaruhi perilakunya terutama dalam mengonsumsi fast food (Wayan Reni Putri Sumantari, 2018).

Data RISKESDAS 2018 menunjukan bahwa prevalensi obesitas pada anak Indonesia umur 5-12 tahun adalah 9,2%, untuk anak laki-laki 10,7% dan untuk anak perempuan 7,7%. Obesitas pada anak disebabkan oleh beberapa faktor yakni faktor keturunan atau genetik, pola makan, sosial ekonomi dan aktivitas fisik, dimana aktivitas fisik dan pola

makan sangat berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada anak karena seiringnya perkembangan zaman permainan anak-anak yang lebih banyak mengeluarkan aktivitas fisik telah tergantikan dengan permainan game online sehingga kurangnya aktivitas fisik pada anak selain itu perkembangan zaman pula menyebabkan meningkatnya pola konsumsi makanan cepat saji yang bisa didapatkan dengan cepat dan mudah

Edukasi dapat diberikan media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa saat ini adalah media pembelajaran berbasis IPTEK, salah satunya adalah video animasi yang dapat membangun ketertarikan dan minat siswa terhadap materi yang disampaikan, video animasi termasuk dalam multimedia interaktif (Sihsinarmiyati & Simbolon, 2021). Media edukasi video animasi dibuat dengan mengaitkan pada prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui panca indera. Semakin banyak panca indera yang digunakan semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh (Fikawati, 2017). Sehingga tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh video animasi terhadap pengetahuan gizi dan konsumsi makan fast food anak sekolah dasar.

Penelitian dilakukan di SDN 31 yang berada di kota Pontianak. Peneliti memilih lokasi tersebut karena didapat bahwa SD ini letaknya sangat strategis dimana dekat dengan pusat penjualan fast food. Hal ini dikhawatirkan akan banyaknya siswa yang cenderung memilih fast food. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan pada 5 siswa di SDN 31 Pontianak, rata-rata siswa mengonsumsi jenis fast food modern adalah 1-3x dalam seminggu seperti burger, fried chicken, sedangkan siswa mengonsumsi jenis fast food lokal rata-rata adalah setiap hari seperti bakso, mie instan dan batagor karena fast food tersebut tersedia di kantin sekolah yang selalu dikonsumsi pada jam istirahat sekolah. Jajanan di sekolah tidak memenuhi gizi seimbang, karena rendahnya vitamin dan mineral dalam jajanan tersebut, hanya tinggi karbohidrat dan lemak.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Bagaimana Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Animasi Kartun Terhadap Pengetahuan Dan Konsumsi Fast Food Pada Anak Sekolah Dasar Di Sekolah Dasar Negeri 31 Kota Pontianak.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-experiment dengan metode melalui pendekatan one group pretest-posttest. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V A dan B di Sekolah Dasar Negeri 31 Kota Pontianak. pada tanggal 18 juli 2022 – 18 Agustus 2022. Cara pengambilan sampel menggunakan total sampling.



Responden yang sesuai dengan kriteria inklusi akan mengisi informed consent. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara responden yang dikumpulkan menggunakan instrument penelitian kuersioner. Data yang didapatkan akan di analisis secara univariat dan bivariat.

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin, kelas , Pekerjaan ayah

Variabel	Jumlah	Persen (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	21	42
Laki-laki	29	58
Jumlah	50	100,0
Kelas		
Kelas A	25	50
Kelas B	25	50
Jumlah	50	100,0
Pekerjaan Ayah		
Buruh	28	56
Karyawan	16	32
Wiraswasta	6	12
Jumlah	50	100,0

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut jenis kelamin adalah perempuan (42%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase untuk kelas A dan B memiliki persentase yang sama (50%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut pekerjaan ayah buruh adalah (56%).

Tabel 2. Pengetahuan Gizi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi di SD Negeri 31 Kota Pontianak Tahun 2022

Pengetahuan	Sebelum	Sesudah
Median	40.00	90.00
Minimal	10.00	80.00
Maksimal	70.00	100.00
Selisih median	50.00	
P value	0,000	

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian yang dapat dilihat menunjukkan bahwa rata- rata pengetahuan gizi pada responden

mengalami peningkatan sesudah diberikan edukasi gizi hal ini dapat dilihat dari rata- rata skor jawaban benar sebelum diberikan edukasi adalah 40.00 dan setelah diberikan edukasi adalah 90.00. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai p value sebesar 0.000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara pengetahuan gizi sebelum menggunakan media animasi kartun dengan sesudah menggunakan media animasi kartun. Pemberian edukasi gizi menggunakan media animasi kartun berpengaruh terhadap pengetahuan gizi pada anak sekolah di SDN 31 Kota Pontianak, sehingga hipotesis pertama teruji kebenarannya.

Tabel 3. Konsumsi Fast Food Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi di SD Negeri 31 Kota Pontianak Tahun 2022

Konsumsi fast food	Sebelum	Sesudah
Median	185.00	90.00
Minimal	160	70
Maksimal	245	100
Selisih median	-95	
P-Value	0,000	

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada rata-rata skor konsumsi fast food sebelum 185.00 dan sesudah 90.00. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai p value sebesar 0.000 mengalami penurunan sesudah diberikan video edukasi gizi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara FFQ sebelum menggunakan media animasi kartun dengan sesudah menggunakan media animasi kartun. Pemberian edukasi gizi menggunakan media animasi kartun berpengaruh terhadap FFQ pada anak sekolah di SDN 31 Kota Pontianak, sehingga hipotesis kedua teruji kebenarannya.

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan di SD Negeri 31 Kota Pontianak untuk mengetahui pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Animasi Kartun Terhadap Pengetahuan Dan Konsumsi Fast Food Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 31 Kota Pontianak ini dilakukan selama 1 bulan dengan intervensi selama 4 minggu, dalam seminggu terdapat 2 kali pertemuan yang dilakukan dilakukan setiap dua hari sekali dan memiliki durasi selama 60 menit kepada seluruh siswa- siswi diwaktu yang bersamaan. Distribusi jenis kelamin peneliti dimana jumlah sampel penelitian lebih banyak berjenis kelamin perempuan dibandingkan jumlah berjenis kelamin laki- laki. Menurut Almtsier, usia anak sekolah dasar adalah 6-12 tahun. Sampel dalam penelitian ini merupakan pelajar kelas V SD, sehingga usianya diantara 10-12



tahun. Pada masa inilah anak-anak memiliki pikiran yang kritis serta rasa ingin tahu yang tinggi, sehingga sangat baik untuk diberikan pengetahuan melalui pembelajaran yang menyenangkan dan menarik minat anak. Salah satu pembelajaran yang menyenangkan dan menarik minat anak, yaitu pembelajaran melalui media audio visual seperti video. Menurut Hurlock, siswa kelas tinggi yaitu siswa kelas 4, 5, dan 6 memiliki sifat realistik, berminat terhadap sesuatu, ingin tahu, ingin belajar dan cermat. Penelitian Anggraeni dan Fransiske menyatakan bahwa pendidikan gizi terhadap pelajar kelas V SD berpengaruh terhadap pengetahuan, dimana subjek berusia 10- 12 tahun dan didominasi oleh usia 10 tahun. Pendapatan orang tua salah satunya ditentukan oleh pekerjaan orang tua dimana penelitian ini orang tua lebih banyak bekerja sebagai buruh. Menurut penelitian Sari, pekerjaan orang tua juga dapat mempengaruhi ekonomi keluarga dan kemampuan memenuhi kebutuhan anak. Penelitian Nurdianti dan Wahyuningtyas menemukan hasil analisis subjek dengan pekerjaan orang tua kategori nonpemerintah lebih sering jajan dibandingkan subjek dengan pekerjaan orang tua kategori pemerintah dengan selisih sebesar 11%. Pendapatan perkapita dipengaruhi oleh pekerjaan orang tua subjek dan mempengaruhi perekonomian keluarga. Apabila anak memiliki keluarga dengan ekonomi rendah, maka kebutuhan dan konsumsi anak menjadi kurang terpenuhi. Hal tersebut yang mengakibatkan kemampuan anak dalam memilih makanan jajanan yang sehat juga terbatas. Pengetahuan akan dilihat menggunakan kuesioner pengetahuan gizi tentang fast food diberikan pada saat sebelum dan sesudah intervensi. Konsumsi fast food dilihat dengan menggunakan FFQ diberikan pada saat sebelum dan sesudah intervensi. Responden penelitian ini merupakan siswa- siswi yang duduk dikelas 5 yang terdapat dua kelas yaitu kelas A dan B.

1. Pengaruh Edukasi Gizi Untuk Perubahan

Pengetahuan Anak Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mengalami peningkatan pengetahuan dari 40.00 menjadi 90.00. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon test membuktikan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi dengan media video animasi kartun dibuktikan dengan nilai ($p < 0.05$).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah mengenai gizi adalah dengan menggunakan media pembelajaran yang menarik dan mudah dipahami. Media pembelajaran di sekolah dasar tentu harus bersifat menarik dan lucu karena sifat dari siswa sekolah dasar yang lebih memilih bermain daripada belajar. Oleh sebab itu media yang digunakan harus tepat sasaran dan efektif sehingga materi yang akan disampaikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Pembelajaran dengan media audiovisual dapat menyampaikan informasi secara

menyeluruh kepada seluruh siswa. Media audio-visual melibatkan pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses pembelajaran (Asyhar, 2011: 45). Media animasi merupakan salah satu media pembelajaran berbasis audiovisual yang dapat menambah kemampuan dalam mengingat pesan lebih. Dalam penelitian Sovocom Company dari Amerika menjelaskan hubungan antara jenis media dan daya ingat manusia dengan daya ingat media audio 10%, visual 40% dan audiovisual 50%. Jenis media dengan kemampuan otak dalam mengingat pesan misalnya tingkat kemampuan penyimpanan pesan berdasarkan media audio kurang dari tiga hari adalah 70% setelah lebih dari tiga hari menjadi 10%, media visual kurang dari tiga hari adalah 72% setelah lebih dari tiga hari menjadi 20%, dan media audiovisual kurang dari tiga hari 85% setelah lebih dari tiga hari menjadi 65% (Warsita, 2008). Tingkat pengetahuan pada responden terjadi peningkatan karena ada pemberian edukasi gizi dengan menggunakan video animasi kartun sehingga ingatan responden lebih kuat untuk mengingat informasi yang telah diberikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Azhari & Fayasari, 2020) Menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata- rata skor pengetahuan tentang gizi pada anak kelas VII SMP Negeri 281 Jakarta Timur yang telah diberikan edukasi dengan media video animasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Pramono, 2014) hasil penelitiin menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan anak SD tentang gizi anak sekolah. Penelitian yang dilakukan (Lutfiyah Siti Azizah, 2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian media video animasi terhadap tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap emaja status gizi lebih di SMAN 1 Pasirian. Hasil penelitian lain yang sejalan adalah penelitian yang dilakukan oleh Siwi (2014) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi jajanan sehat sebesar 0,317 untuk pengetahuan dan 0,180 untuk sikap setelah diberikan intervensi menggunakan media animasi.

2. Pengaruh Edukasi Gizi Untuk Perubahan Konsumsi Fast Food

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa yang diberikan edukasi video animasi mengalami penurunan konsumsi fast food dari 185.00 menjadi 90.00 dengan selisih konsumsi fast food sebesar -95. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon test membuktikan bahwa terdapat penurunan konsumsi fast food sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi dengan media animasi kartun dibuktikan dengan nilai ($p < 0.05$). Tingkat konsumsi fast food pada responden terjadi penurunan karena ada peningkatan pengetahuan dari informasi gizi yang diberikan sehingga dapat merubah kebiasaan makan fast food pada responden.

Perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan kurang memperhatikan bagaimana kondisi makanan fast food yang dijual di lingkungan



sekolah. Makanan jajanan yang tidak memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan berdampak buruk bagi kesehatan anak, yang dapat mengakibatkan nafsu makan anak menurun dan apabila berlangsung dalam jangka waktu lama akan mempengaruhi status gizi anak (Susanto, 2016). Upaya mengatasi permasalahan tersebut tidak cukup hanya melalui teori yang disampaikan tetapi diperlukan media edukatif yang berperan penting untuk membuat anak lebih memahami cara memilih jajanan sehat dalam kehidupan sehari-hari (Soekirman, 2016). Menurut Nurgiyanto (2017) Video bergambar merupakan salah satu strategi dalam menarik perhatian anak dan pembaca pada umumnya. Ilustrasi yang disiratkan dalam bacaan memperjelas makna kata. Karena ilustrasi merupakan teks visual dengan maksud agar anak tertarik untuk membaca.

Hal ini didukung juga dari penelitian (Sagita, 2022) video animasi berpengaruh terhadap kurangnya pengetahuan responden mengenai pemilihan makanan yang tepat dan baik untuk dikonsumsi. Hal ini sejalan dengan bahwa pendidikan kesehatan ialah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang sehat. Misalnya seseorang menentukan pilihan makanan dilingkungan diperoleh perubahan pola makan siswa setelah diberikannya edukasi dan hal ini menunjukkan bahwa antara hasil penelitian sejalan dengan teori.

Penutup

Kesimpulan

Ada perbedaan pengetahuan gizi sebelum 40.00 dan setelah 90.00 diberikan edukasi gizi media animasi kartun Ada perbedaan konsumsi makanan fast food sebelum 185.00 dan setelah 90.00 diberikan edukasi gizi dengan media animasi kartun Ada peningkatan pemberian video animasi terhadap pengetahuan anak sekolah dibuktikan dengan nilai ($p=0,000$). Ada peningkatan pemberian video animasi terhadap konsumsi fast food pada anak sekolah dibuktikan dengan nilai ($p=0,000$).

Saran

Untuk Pihak sekolah dapat memasukan pendidik gizi tentang pentingnya mengurangi makanan fast food dan konsumsi makana yang bergizi didalam pelajaran tambahan. Bagi orang tua agar mempersiapkan makanan untuk anaknya agar mengurangi konsumsi fast food dan makan makanan yang sehat, bersih dan bergizi.

Daftar Pustaka

Nugroho, A. (2018). Pengaruh Media Pendidikan Gizi (Komik) terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Berat Badan

pada Anak Sekolah Dasar dengan Obesitas. In Jurnal Kesehatan (Vol. 9, Issue 1).

Wayan Reni Putri Sumantari. (2018). Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Pola Konsumsi Fast Food Siswa Sma Negeri 8 Denpasar. In Journal Of Nutrition Science (Vol. 7, Issue 1).

Pramono. (2014). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar.

Sihsinarmiyati, A., & Simbolon, D. (2021). Pengaruh Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah.

Suzana, V., & Haris, D. (2018). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Animasi Terhadap. In Quality Jurnal Kesehatan.