

Pengaruh video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku pada siswa SD

Rindasari Munir, Imas Nurjanah, Fitria Lestari, Sunarti, Angelika Putri

Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor

How to cite (APA)

Sunarti, S., & Putri, A. (2024). Pengaruh video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku pada siswa SD. *Journal of Midwifery Care*, 5(1), 125-130. <https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1321>

History

Received: 28 September 2024

Accepted: 30 November 2024

Published: 01 Desember 2024

Corresponding Author

Rindasari Munir, Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor; rindamunir@gmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) / CC BY 4.0

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi nasional anak pada usia anak sekolah 6-14 tahun mengalami obesitas, jumlah anak laki-laki 9,5% dan anak perempuan 6,4%. Pada anak Indonesia, Berdasarkan IMT/U, proporsi orang gemuk di usia 5-12 tahun masih tinggi, 18,8%, dengan kategori overweight (10,8%) dan obesitas (8,0%).

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperimen* dengan rancangan *pretest* dan *posttest*. Populasi yaitu seluruh siswi kelas 4 dan 5 SDN 1 Cilendek Kota Bogor Barat berjumlah 81 orang.

Hasil: Hasil uji t variabel pengetahuan didapatkan nilai $t=0.773$ dan $p = 0.442$ ($p > 0.05$). Hasil uji t variabel sikap juga didapatkan nilai $t=-0.505$ dan $p=0.615$ ($p > 0.05$), artinya tidak ada pengaruh video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tidak ada pengaruh video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku pada siswa SDN 1 Cilendek Kota Bogor tahun 2024.

Kata Kunci : Pengetahuan, sikap, isi piringku, video animasi, gizi seimbang

ABSTRACT

Background: The national prevalence of children aged 6-14 years old experiencing obesity, the number of boys is 9.5% and girls 6.4%. In Indonesian children, nutritional problems at the age of 5-12 years, based on BMI/U are still relatively high at 18,8% with the category of overweight 10.8% and very fat (obese) 8.0%.

Method: This study used a quasi experimental method with a pretest and posttest design. The population was all 4th and 5th grade students of SDN 1 Cilendek, West Bogor City, totaling 81 people.

Result: The results of the t-test of the knowledge variable obtained a value of $t=0.773$ and $p=0.442$ ($p>0.05$). The results of the t-test of the attitude variable also obtained a value of $t=-0.505$ and $p=0.615$ ($p>0.05$), meaning that there is no effect of animated videos on knowledge and attitudes about the contents of my plate.

Conclusion: Based on the research results, it was found that there was no influence of animated videos on knowledge and attitude about the contents of my plate among students of SDN 1 Cilendek, Bogor City in 2024.

Keyword : Knowledge, attitude, my plate contents, animated video, balanced nutrition

Pendahuluan

Masa Anak usia sekolah merupakan kelompok anak yang memerlukan gizi yang cukup untuk menunjang perkembangan tubuhnya. Protein dan karbohidrat merupakan dua makronutrien yang dibutuhkan tubuh. Lemak berfungsi sebagai sumber energi dan alat pengangkut vitamin menuju lemak, sedangkan protein berfungsi dalam proses pertumbuhan dan tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain. Nutrisi yang dibutuhkan tubuh berasal dari konsumsi berbagai jenis makanan setiap hari. (Heryanto et al., 2024).

Usia sekolah anak 6-14 tahun dilihat dari angka prevalensi nasional anak termasuk obesitas dengan jenis kelamin laki-laki berkisar 9,5% dan perempuan berkisar 6,4%. Di beberapa kota besar Indonesia, jumlah anak sekolah dasar yang mengalami obesitas berkisar 2,1%-25%. Usia anak 5-12 tahun juga ada yang mengalami obesitas yaitu 9,0-9,5 dengan CI 95% (Sihsinarmiyati et al., 2021).

Faktor kegemukan menjadi masalah serius yang dialami anak usia sekolah dasar dan mungkin akan sampai ke usia dewasa. Berdasarkan IMT/U, adapun masalah gizi yang masih tinggi pada usia anak 5-12 tahun sebanyak 18,8%, kategori gemuk (overweight), 10,8%, dan sangat gemuk (obesitas), masing-masing 8,0 persen. Permasalahan ini sudah termasuk masalah epidemik global dengan prevalensi gizi lebih (Darni, 2020).

Pola konsumsi tinggi kalori, tinggi konsumsi gula sederhana, dan rendah serat adalah salah satu perubahan gaya hidup yang terlihat di masyarakat Indonesia. Orang juga tidak berolahraga. Mungkin ada cara untuk menghentikan peningkatan jumlah orang yang berlebihan berat badan atau obesitas dengan memberikan pendidikan gizi. Pendekatan klien diperlukan untuk memecahkan masalah dan ubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan lebih baik (Darni et al., 2021).

Perubahan gaya hidup yang tidak disesuaikan dapat menyebabkan ketidakseimbangan asupan dan kebutuhan,

yang pada gilirannya dapat menyebabkan obesitas dan obesitas dalam jangka waktu yang lama. Menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah cara untuk mengetahui status gizi seseorang. Obesitas, yang ditunjukkan oleh IMT yang lebih tinggi, dapat mengarah pada perkembangan Penyakit Tidak Menular (PTM), seperti diabetes melitus, hipertensi, penyakit kardiovaskular, dan lain-lain. (Muhammad, 2019).

Pencegahan atau pengobatan obesitas, pekerja pendidikan dan kesehatan dapat mendorong siswa untuk berolahraga dan mengonsumsi makanan yang sehat. Kampanye Isi Piringku dimulai oleh pemerintah sebagai pengganti konsep empat sehat lima sempurna yang selama ini berlaku umum di masyarakat dan memberikan edukasi gizi tentang buah dan sayur dapat menjadi salah satu cara untuk mengatasi permasalahan tersebut. Pendidikan gizi dapat dilakukan sejak dini pada remaja untuk menanamkan kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur, yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan berbagai media penyampaian seperti media cetak dan media audiovisual (Khoirunnisa & Kurniasari, 2022). Orang-orang belajar tentang makan yang sehat dan seimbang dari Isi Piringku. Menteri Kesehatan berharap semua orang di Indonesia tahu apa yang ada dalam piringku untuk membuat negara ini kuat, sehat, dan berdaya saing (Darni et al., 2021).

Menurut Panduan Umum Gizi Seimbang (PUGS), skema hidangan harus terdiri dari nasi, lauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan yang sangat berharga secara alamiah. Ini berarti bahwa makanan pokok memberikan energi, lauk memberikan protein dan lemak, dan sayuran dan buah memberikan mineral dan vitamin (Norfaiz & Abdullah, 2019). Jika seorang anak mengalami masalah gizi, mereka berisiko terkena penyakit dan mengalami penurunan prestasi akademik. Ketidaktepatan dalam memilih makanan atau konsumsi makanan yang berlebihan dapat menyebabkan masalah gizi (Saifah et al., 2019).

Seorang anak yang mengalami kekurangan nutrisi dapat menyebabkan

kelelahan dan penurunan semangat, yang dapat mempengaruhi kemampuan anak untuk belajar dan berpikir (Susilowati & Irawan, 2019). Anak-anak pada usia sekolah cukup rentan terhadap masalah gizi. Risiko jangka pendek termasuk gangguan perkembangan seperti apatis dan gangguan berkomunikasi. Sementara itu, risiko jangka panjang termasuk penurunan IQ, gangguan gangguan kognitif, gangguan integrasi sensorik, gangguan atensi, kurangnya rasa percaya diri, dan prestasi yang buruk (Saputri et al., 2021).

Sebutan "Isi piringku" merujuk pada Pedoman Umum Gizi Seimbang, atau PUGS, yang menetapkan bahwa makanan pokok harus menjadi 2/3 dari setengah piring, lauk pauk harus menjadi 1/3 dari setengah piring, sayur-sayuran harus menjadi 2/3 dari setengah piring, buah harus menjadi 1/3 dari setengah piring, air putih harus menjadi 8 gelas setiap hari, olahraga, cuci tangan dengan sabun (Nurhasanah & Wahyuni, 2020). Perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi anak prasekolah (3-5 tahun) dapat dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan isi piringku. Oleh karena itu, slogan isi piringku diberikan kepada orang yang mengikuti kegiatan ini. Pengetahuan mengubah perasaan dan tindakan. Ketidaktahuan tentang nutrisi akan menyebabkan masalah gizi seperti kekurangan zat gizi atau bahkan kelebihan zat gizi (Yuniarti et al., 2021).

Pengetahuan peserta tentang pengabdian kepada masyarakat yang dapat ditingkatkan melalui teknik ceramah kepada peserta (Maulida, 2021). Pengetahuan yang baik akan memengaruhi pilihan seseorang untuk mengonsumsi asupan zat gizi yang baik menurut (Weerasekara et al., 2020). Studi sebelumnya mendapatkan kurangnya pengetahuan tentang gizi remaja berhubungan dengan meningkatnya jumlah remaja yang mengalami obesitas. Ketidaktahuan tentang gizi remaja menyebabkan mereka mengonsumsi

makanan yang tidak sehat, yang pada gilirannya menyebabkan masalah kegemukan (Asmuniati et al., 2019).

Dengan bantuan media yang menarik dan edukasi gizi, remaja dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang hal-hal tersebut. Selain itu, memilih media yang tepat dapat membuat siswa lebih termotivasi untuk belajar (Darawati et al., 2020). Siswa dapat belajar tentang pedoman gizi seimbang melalui media video. Ini lebih baik daripada presentasi PowerPoint untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang nutrisi. Media audio visual seperti video telah berhasil menarik siswa dan membuat mereka merasa bebas, mendorong mereka untuk berpartisipasi aktif dalam proses (Febriana et al., 2020).

Metode

Penelitian ini dilakukan di SDN 1 Cilendek Kota Bogor Barat pada bulan Mei – Juni 2024, Jumlah peserta terdiri dari siswa dan siswi kelas 4 dan 5 sebanyak 81 orang. Pelaksanaan edukasi tentang Efek Video Animasi pada Pengetahuan dan Sikap Tentang Isi Piringku. Metode *Pre-test* dilakukan sebelum materi disampaikan, selanjutnya diberikan edukasi dan cara pengisian kuesioner, dan terakhir dilakukan *post test*. Mengumpulkan data menggunakan kuisisioner yang terdiri dari sepuluh pertanyaan dan 10 pernyataan sikap tentang isi piringku. Analisis data menggunakan Uji analisis sampel *paired test* dan Uji T.

Hasil

Kegiatan penelitian ini dilakukan selama satu hari di SD Negeri 1 Cilendek Kota Bogor. Sasaran peserta kegiatan ini yaitu Siswa kelas 4 dan 5 sebanyak 81 orang. Berikut hasil penelitian pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Pengetahuan dan sikap hasil *pre test* dan *post test*

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
<i>Pre test</i>	1.12	0.331
<i>Post test</i>	1.09	0.283
Sikap	Mean	Standar Deviasi
<i>Pre test</i>	1.25	0.434
<i>Post test</i>	1.28	0.454

Berdasarkan tabel 1, Hasil uji analisis sampel berpasang-pasangan pada variabel pengetahuan menunjukkan tidak ada peningkatan dari hasil *pre-test* yaitu sebesar

1.12. Hasil uji analisis sampel berpasang-pasangan pada variabel sikap menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 1.28.

Tabel 2. Hasil analisis uji t pengetahuan dan sikap

Pengetahuan	Mean Selisih	Nilai T	P Value	Keterangan
<i>Pre test</i>				
<i>Post test</i>	0.037	0.773	0.442	Tidak ada hubungan
Sikap	Mean Selisih	Nilai T	P Value	Keterangan
<i>Pre test</i>				
<i>Post test</i>	-0.037	-0.505	0.615	Tidak ada hubungan

Menurut tabel 2, uji t variabel pengetahuan menemukan nilai t 0.773 dan $p = 0.442$ ($p > 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh video animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku. Selain itu, uji t variabel sikap menemukan nilai t -0.505 dan $p = 0.615$ ($p > 0.05$), menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh media edukasi video animasi terhadap sikap tentang isi piringku.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji t variabel pengetahuan diperoleh nilai t 0.773. Hasil uji t variabel sikap juga menghasilkan nilai t -0.505 dan $p = 0.615$ ($p > 0.05$), menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh media edukasi video animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku. Dengan demikian, nilai $p = 0.442$ ($p > 0.05$), menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh media edukasi video animasi terhadap sikap tentang isi piringku.

Hasil penelitian ini tidak didukung hasil penelitian Sharif, dimana peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh video. Media video adalah cara yang menarik, efektif untuk mengajarkan siswa tentang nutrisi. Mereka juga dapat meningkatkan sikap terhadap kesehatan, terutama tentang gizi

seimbang. Teori perilaku kesehatan yang relevan mendasari promosi yang berfokus pada perilaku yang terkait dengan gizi yang dapat diubah. Selain itu, edukasi gizi memperhatikan berbagai mediator, seperti dorongan dan tantangan yang mendorong seseorang untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mereka (Sharif Ishak et al., 2020).

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian Kshatri tahun 2022. Fakta bahwa skor pengetahuan dan sikap tentang gizi sangat terkait pada kebiasaan makan anak-anak sekolah (Kshatri et al., 2022). Selain itu, pendidikan gizi dapat berfungsi sebagai program kesehatan berbasis sekolah dan membantu siswa mengubah kebiasaan makan yang lebih seimbang di masa depan.

Pemberian penyuluhan gizi dengan menggunakan media video, video stop motion dan power point sebelum dan sesudah penyuluhan memiliki pengaruh terhadap pengetahuan dan perilaku siswa (Kulik et al., 2019). Dengan menggunakan media video dan presentasi PowerPoint, pendidikan gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan perspektif siswa dalam kelompok intervensi dan kontrol. Namun, media video berdampak

lebih besar daripada presentasi PowerPoint pada rata-rata (Yunianto, 2021 dalam Rofiqoh, 2023).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa video animasi tidak mempengaruhi pengetahuan siswa. Sikap siswa juga tidak dipengaruhi oleh video animasi tentang isi piringku. Banyak faktor lain yang memengaruhi gizi anak melalui isi piringku seperti pendapatan orang tua, pola asuh, lingkungan dan lainnya.

Saran

Petugas gizi pada wilayah setempat yang bekerja dengan sekolah harus memberikan pengetahuan tentang gizi lebih lanjut kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Cilendek Kota Bogor. Siswa harus diberikan pengetahuan gizi secara teratur melalui video piring makanku dan meningkatkan pengetahuan dan persepsi mereka tentang gizi seimbang.

Daftar Pustaka

- Asmuniati, L., Herawati, D. M. D., & Djais, J. T. B. (2019). The Impact of Nutritional Counseling to Nutritional Knowledge and Energy Intake among Obese Children in Junior High School. *Althea Medical Journal*, *6*(3), 107–109. <https://doi.org/10.15850/amj.v6n3.1645>
- Darawati, M., Yunianto, A., Ketut, N., Sulendri, S., & Omdah. (2020). Stunting Prevention Through Participative Counselling on The Implementation of Balanced Nutrition Toward Children by Involving Local Puppeteers in Central Lombok Regency, West Nusa Tenggara. *Systematic Reviews in Pharmacy*, *11*, 805–810. <https://doi.org/10.31838/srp.2020.11.118>
- Darni, J. (2020). The effect of providing education of comic “Isi Piringku” on knowledge and fat intake among overweight children. *Darussalam Nutrition Journal*, *4*(1), 7.

<https://doi.org/10.21111/dnj.v4i1.3957>

- Darni, J., Wahyuningsih, R., Poltekkes, J. G., & Mataram, K. (2021). Edukasi Komik Isi Piringku Pada Anak Sd Overweight. *Gizido*, *13*(November), 70. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.47718/gizi.v13i2%20November.1326>
- Febriana, R., Artanti, G. D., & Rusilanti, R. (2020). The Effectiveness of Learning Videos for Increasing Knowledge about Women’s Adolescent Nutrition and Reproductive Health. *KnE Social Sciences*, 628–637. <https://doi.org/https://doi.org/10.18502/kss.v4i14.7920>
- Heryanto, M. L., Wianti, H., Herwandar, F. R. U., & Srimulyawati, T. (2024). Hubungan Antara Picky Eater Dengan Perkembangan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Anak Prasekolah. *Journal of Midwifery Care*, *4*(2), 81–86. <https://doi.org/10.34305/jmc.v4i02.1110>
- Khoirunnisa, S., & Kurniasari, R. (2022). Pemanfaatan Media Dalam Meningkatkan Pengetahuan Serta Konsumsi Buah Dan Sayur: Tinjauan Literatur. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *6*(2), 1178–1183. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i2.4353>
- Kshatri, J. S., Satpathy, P., Sharma, S., Bhoi, T., Mishra, S. P., & Sahoo, S. S. (2022). Health research in the state of Odisha, India: a decadal bibliometric analysis (2011-2020). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, *11*(7), 3771–3776.
- Kulik, N. L., Moore, E. W., Centeio, E. E., Garn, A. C., Martin, J. J., Shen, B., Somers, C. L., & McCaughtry, N. (2019). Knowledge, Attitudes, Self-Efficacy, and Healthy Eating Behavior Among Children: Results From the Building Healthy Communities Trial. *Health Education & Behavior*, *46*(4), 602–611. <https://doi.org/10.1177/1090198119826298>

- Maulida, R. dan R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Dan Kemampuan Orangtua Dalam Menanamkan Nilai Tauhid Pada Anak Usia Dini. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(3), 282–292.
- Muhammad, H. F. L. (2019). Pemanfaatan sekolah sebagai sarana pencegahan obesitas sejak dini pada remaja. *Journal of Community Empowerment for Health*, 1(2), 107. <https://doi.org/10.22146/jcoemph.39796>
- Norfai, N., & Abdullah, A. (2019). Program Kemitraan Edukasi Tentang Slogan “Isi Piringku” Dalam Aspek Peningkatan Konsumsi Buah Dan Sayuran Pada Siswa Sdn Mawar 8 Kota Banjarmasin. *Al-Khidmah*, 2(1), 22–29. <https://doi.org/10.29406/al-khidmah.v2i1.1490>
- Nurhasanah, N., & Wahyuni, C. (2020). Health Education Isi Piringku Terhadap Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Pada Anak Pra Sekolah (3-5 Tahun) Di RA Al-Fajar Kandat Kecamatan Kandat. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 4(2), 118–125. <https://doi.org/10.29407/judika.v4i2.15384>
- Rofiqoh, A. N. A. (2023). Pengaruh Promosi Peningkatan Konsumsi Sayur Dan Buah Melalui Media Kartu Kuartet Terhadap Perbaikan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn 004 Samarinda ULU. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 2290–2301.
- Saifah, A., Sahar, J., & Widyatuti, W. (2019). Peran Keluarga Terhadap Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah. *Jkep*, 4(2), 83–92. <https://doi.org/10.32668/jkep.v4i2.282>
- Saputri, M. E., Widiastuti, S., & Pamela, D. N. (2021). Pemeriksaan Gizi Pada Anak Usia Sekolah dan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Terpadu Al-Farabi Pondok Terong Cipayung Depok. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2620–3766), 82–85.
- Sharif Ishak, S. I. Z., Chin, Y. S., Mohd. Taib, M. N., Chan, Y. M., & Mohd. Shariff, Z. (2020). Effectiveness of a school-based intervention on knowledge, attitude and practice on healthy lifestyle and body composition in Malaysian adolescents. *BMC Pediatrics*, 20(1), 122. <https://doi.org/10.1186/s12887-020-02023-x>
- Sihsinarmiyati, A., Simbolon, D., & Lestari, W. (2021). Pengaruh Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Tentang Obesitas. *Jurnal Penelitian Terapan Kesehatan*, 8(1), 1–6. <https://doi.org/10.33088/jptk.v8i1.162>
- Susilowati, E., & Irawan, H. (2019). Pengaruh Status Gizi Terhadap Gaya Belajar Anak Usia Sekolah. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 5(1), 49–54. <https://doi.org/10.29407/judika.v5i1.13514>
- Weerasekara, P. C., Withanachchi, C. R., Ginigaddara, G. A. S., & Ploeger, A. (2020). Food and Nutrition-Related Knowledge, Attitudes, and Practices among Reproductive-age Women in Marginalized Areas in Sri Lanka. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3985. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113985>
- Yuniarti, H., Susanto, E., & Kemenkes Palembang, P. (2021). Improvement of Balanced Nutritional Knowledge and Skills Through the Demonstration of Isi Piringku in Basic School Children. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(2), 495–503.