PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA MONTASE TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SAYUR DAN BUAH PADA SISWA SD IT PONDOK DUTA, KOTA DEPOK, TAHUN 2019

DOI: <https://doi.org/10.22236/semnas.v1i1.92>

Ulfa Yusa Handayani*¹, Mohammad Furqan², Debby Endayani Safitri³

¹Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

*ulfayusahandayani@gmail.com

Abstract: Consumption of vegetables and fruit for school children is very important to consume because it is needed by the body as a source of vitamins, minerals, and fiber to achieve optimal health. One of the factors that influence consumption of vegetables and fruits is knowledge. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education with montage media on increasing knowledge about vegetables and fruit in grade III elementary school students after getting an intervention using montage media. The design that used in this study was the Quasy Experiment Design with a purposive sampling method. The population in this study were students of class III (Three), amounting to 102 students at SD IT Pondok Duta, Cimanggis, Depok. The study was conducted on 100 students using a questionnaire before and after the intervention. Nutrition education media used is a montage entitled "Let's Eat Vegetables and Fruits Every Day!". Data analysis used was univariate and bivariate analysis with Wilcoxon test. The results showed that there were significant differences between before and after Education with the Montage Media on the level of knowledge ($<0,000$), with a P value <0.05 . Based on the results of this study it is suggested that there is an appropriate strategy and outreach to make montage media as an alternative to nutrition education media.

Key words: Montage, Influence, Knowledge, Vegetables and Fruits

Abstrak: Konsumsi sayur dan buah bagi anak sekolah sangat penting dikonsumsi karena diperlukan oleh tubuh sebagai sumber vitamin, mineral, dan serat untuk mencapai kesehatan yang optimal. Faktor yang memengaruhi konsumsi sayur dan buah salah satunya adalah pengetahuan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media montase terhadap peningkatan pengetahuan tentang sayur dan buah pada siswa sekolah dasar kelas III setelah mendapatkan intervensi dengan menggunakan media montase. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasy Experiment Design dengan metode purposive sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas III (Tiga) yang berjumlah 102 siswa di SD IT Pondok Duta, Cimanggis, Kota Depok. Penelitian dilakukan kepada 100 siswa dengan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Media pendidikan gizi yang digunakan adalah montase yang berjudul "Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari!". Analisis data yang digunakan adalah analisis

univariat dan bivariat dengan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan Terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan Edukasi dengan media Montase terhadap tingkat pengetahuan ($<0,000$), dengan nilai $P < 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan perlu adanya Strategi dan sosialisasi yang tepat untuk menjadikan media montase sebagai alternatif media edukasi gizi.

Kata Kunci : Montase, Pengaruh, Pengetahuan, Sayur dan Buah

PENDAHULUAN

Sayur dan buah sangat penting dikonsumsi karena diperlukan oleh tubuh sebagai sumber vitamin, mineral, dan serat untuk mencapai kesehatan yang optimal. Kementerian kesehatan RI memiliki program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). GERMAS merupakan gerakan nasional yang diprakarsai oleh Presiden RI yang mengedepankan upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif dengan melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat yang direncanakan mulai tahun 2016 (KEMENKES RI, 2016). Salah satu bagian dari gerakan masyarakat ini adalah mengkonsumsi sayur dan buah.

Sayur dan buah merupakan makanan yang penting dikonsumsi karena memiliki banyak manfaat, terutama bagi anak usia sekolah (Nirmala, 2012). Anak usia sekolah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar dengan rentang usia 8-9 tahun. Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zaki, dkk tahun 2017 tentang Pengembangan model pembelajaran montase kreatif pada siswa sekolah dasar, kelas III yang berada pada rentang usia 8-9 tahun, dengan hasil penelitian terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada siswa SD tersebut, hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan montase kreatif cocok untuk anak usia tersebut. Pola makan pada anak usia sekolah perlu perhatian, karena pada usia ini anak sudah bisa memilih makanan yang disukai atau yang tidak disukai karena pengaruh lingkungan (Nirmala, 2012).

Menurut Warthington (2000) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi individu yang dibagi kedalam 2 faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya yaitu kebutuhan dan karakteristik fisiologis, kesukaan, perkembangan psikososial, kepercayaan, citra tubuh, konsep diri, dan status

kesehatan. Sedangkan faktor eksternal antara lain adalah karakteristik keluarga, kebiasaan orang tua, sosial budaya, pengetahuan, teman sebaya, pengalaman individu, dan media.

Media pembelajaran visual merupakan sarana komunikasi atau segala bentuk saluran yang digunakan untuk menyampaikan informasi atau menyampaikan pesan. Montase adalah cara menggambar dengan menempel. Menurut Gunawan (2007) menyebutkan bahwa suatu informasi dapat diserap sebesar 90% dari apa yang didengar, dilihat, didiskusikan dan dilakukan. Dengan demikian, diharapkan dengan teknik tersebut yang terdapat didalam kegiatan montase dapat membantu anak untuk menyerap lebih banyak informasi dari media montase tersebut. SD IT Pondok Duta Cimanggis, yang terletak di kota Depok, merupakan salah satu Sekolah Dasar yang terletak di Provinsi Jawa Barat. Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 4 Februari 2019, SD IT Pondok Duta belum pernah dilakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan sayur dan buah, dan juga belum pernah diberikan penyuluhan atau edukasi terkait dengan pengetahuan sayur dan buah sebelumnya.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melihat pengaruh edukasi gizi dengan media montase terhadap peningkatan pengetahuan tentang sayur dan buah di SD IT Pondok Duta Cimanggis, Kota Depok, tahun 2019. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh edukasi gizi dengan media montase terhadap peningkatan pengetahuan tentang sayur dan buah.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang akan digunakan adalah Non equivalent control group design dengan menggunakan desain penelitian eksperimen semu (Quasy Experiment Design). Penelitian ini dilaksanakan di SD IT Pondok Duta Kota Depok pada tanggal 28 Agustus – 06 September 2019.

Sampel yang termasuk dalam penelitian ini adalah siswa kelas III yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah non probability sampling dengan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi dalam penentuan sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Siswa dan siswi kelas III dan berstatus aktif di SD IT Pondok Duta.
- b. Siswa dan siswi kelas III yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian.

- c. Siswa dan siswi kelas III yang dapat membaca dan menulis.
- d. Siswa dan siswi kelas III yang sehat secara jasmani (tidak dalam keadaan sakit).
- e. Siswa dan siswi kelas III yang berusia 8-9 tahun.

Sementara itu, yang menjadi kriteria eksklusi adalah siswa yang tidak bersedia terlibat dalam penelitian ini dan tidak bisa membaca/menulis, serta memiliki pengetahuan yang sangat baik (>80) Sedangkan, kriteria drop out dalam penelitian ini adalah siswa yang tidak mengikuti proses penelitian secara menyeluruh, dan siswa yang sedang sakit.

Jumlah minimal sampel diperoleh dengan menggunakan rumus Lameshow, didapatkan hasil minimal sampel adalah 48 orang untuk 1 kelompok. Jadi, total minimal sampel untuk 2 kelompok (kelompok eksperimen/intervensi dan kelompok kontrol) adalah 96 orang. Pada pelaksanaan penelitian, peneliti mengantisipasi adanya drop out, sehingga total sampel ditargetkan sejumlah 100 orang.

Tahapan Penelitian dimulai dengan pengumpulan data pengetahuan awal menggunakan pre test. Kemudian tahap selanjutnya adalah pemberian edukasi gizi, pada kelompok intervensi, diberikan edukasi dengan media montase dan dilanjutkan dengan pembuatan montase oleh responden, sedangkan pada kelompok kontrol diberikan edukasi dengan metode ceramah. Kemudian, sesaat setelah diberikan edukasi pada kedua kelompok tersebut, responden diminta untuk mengisi post test.

Analisis data pada penelitian ini adalah analisis univariat untuk mengetahui gambaran karakteristik responden, kemudian untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media montase terhadap pengetahuan sayur dan buah menggunakan analisis bivariante dengan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pada penelitian ini adalah Setelah melalui semua tahapan tersebut, maka didapatkan hasil bahwa berdasarkan hasil pre test, diperoleh median pada pengetahuan sebelum diberikannya intervensi pada kelompok montase yaitu 60, kemudian sesudah diberikan intervensi dengan media montase, median pada kelompok montase meningkat, yaitu 80. Kemudian pada kelompok montase juga didapatkan hasil nilai terendah pada hasil post test adalah 60, artinya terdapat peningkatan pada nilai terendah untuk kelompok montase yang sebelumnya adalah 30. Selain itu, pada

kelompok montase terdapat 46 orang dengan nilai pengetahuan sayur dan buah meningkat dari sebelum diberikannya intervensi. Pada kelompok montase juga tidak terdapat penurunan nilai pengetahuan dari sebelum intervensi ke sesudah intervensi. Hasil uji wilcoxon signed ranks didapatkan p-value yaitu 0,00 yang artinya terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberikannya edukasi gizi menggunakan media montase.

Tabel 1 Pengaruh intervensi menggunakan media montase dan ceramah terhadap pengetahuan

Pengetahuan	N	Median	min – max	<i>p-Value</i>
<i>Montase</i>				
- Sebelum	50	60	30-80	0,000
- Sesudah	50	80	60-100	
Ceramah				
- Sebelum	50	55	20 – 80	0,033
- Sesudah	50	60	20 – 90	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan hasil statistik, diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media montase terhadap peningkatan pengetahuan sayur dan buah. Hasil yang sama juga dilakukan oleh Wuri (2014) bahwa media kolase montase berpengaruh efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Penelitian tersebut dilakukan pada siswa SD dengan media kolase – montase, media kolase – montase dapat memengaruhi peningkatan pengetahuan karena penggunaan media pembelajaran membuat metode mengajar lebih bervariasi, sehingga siswa dapat lebih banyak menyerap informasi yang disampaikan. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Munawara (2016) dengan hasil penelitian terdapat hubungan kegiatan montase dalam meningkatkan kemampuan motorik, karena dalam kegiatan montase terdapat teknik tempel, lihat, dan gunting yang bisa membantu meningkatkan kemampuan motorik.

Pada kelompok montase, skor pengetahuan responden meningkat seluruhnya (100%) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori pengetahuan kurang. Menurut Gunawan (2007) seseorang dapat menyerap informasi hingga 90% berdasarkan apa yang di dengar, dilihat, di diskusikan, dan dilakukan. Dengan demikian, pemberian edukasi gizi menggunakan media montase yang termasuk kegiatan membuat montase didalamnya mampu membantu responden menyerap lebih banyak informasi.

Pengetahuan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan segala sesuatu yang diketahui tentang suatu hal. Pengetahuan juga dapat di definisikan

sebagai hasil tahu dari sebuah informasi terhadap suatu objek (Latifah, 2016). Pengetahuan juga merupakan hasil dari suatu hal yang terjadi setelah orang tersebut melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu dan sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. (Notoadmodjo,1993).

Menurut Geogr R. Terry (2005) informasi merupakan data penting, yang dapat memberikan pengetahuan yang berguna atau bermanfaat bagi penerimanya. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang, jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya (Riyanto, 2013).

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah informasi, informasi bisa didapatkan dari media. Media berasal dari bahasa latin, yang merupakan bentuk jamak dari “medium” yang secara harfiah berarti “perantara” atau “pengantar” sumber pesan kepada penerima pesan. Media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang fikiran, perasaan, dan kemauan audience sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri audience (Ahmad, 2015). Media montase dipilih sebagai media edukasi gizi untuk siswa kelas III Sekolah Dasar yang disusun sedemikian rupa sehingga sesuai dengan kebutuhan siswa kelas III Sekolah Dasar.

Setelah semua rangkaian proses dilaksanakan maka didapatkan hasil yaitu pengetahuan siswa dan siswi pada kelompok kontrol sebelum diberikan edukasi menggunakan metode ceramah didapatkan hasil median yaitu 55 dan setelah diberikan edukasi menggunakan metode ceramah menjadi 60. Terjadi peningkatan median, namun tidak lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan median pada kelompok montase. Kemudian nilai terendah pada kelompok kontrol sebelum diberikan edukasi dengan metode ceramah adalah 20, dan setelah diberikan edukasi gizi dengan metode ceramah tetap 20. Untuk nilai tertinggi pada kelompok kontrol setelah diberikan edukasi adalah sebesar 90.

Menurut Ahmad (2015) suatu benda yang digunakan untuk menyalurkan pesan untuk mendorong terciptanya proses belajar disebut dengan media pembelajaran. Media pembelajaran akan mempengaruhi efektivitas proses belajar tersebut (Brown, 1973). Kemudian dengan adanya media juga dapat berfungsi sebagai penyeragaman pengamatan, membangkitkan keinginan dan minat belajar serta memotivasi dan merangsang anak untuk belajar (Hasan, 2017). Pada kelompok kontrol, hanya diberikan edukasi gizi menggunakan metode ceramah tanpa menggunakan bantuan alat peraga atau kegiatan lainnya, sehingga memungkinkan informasi yang terserap tidak sebanyak pada kelompok yang diberikan edukasi gizi dengan media montase. Ketidakteragaman pengamatan juga dapat menyebabkan nilai pengetahuan pada kelompok kontrol pada nilai terendah nya tidak meningkat.

Kelompok montase memiliki rata – rata skor pengetahuan yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Berbagai faktor yang dapat berpengaruh pada saat proses edukasi antara lain adalah materi yang diberikan, orang yang menyampaikan materi, media edukasi, serta sasaran edukasi (Tana, 2004). Metode ceramah yang digunakan pada kelompok kontrol dapat menjadi faktor adanya penurunan skor pengetahuan pada kelompok ini, karena tidak digunakannya alat bantu lain untuk menjelaskan materi, membuat responden kurang memahami materi.

Kedua metode tersebut sama sama memengaruhi peningkatan pengetahuan, namun peningkatan pengetahuan pada kelompok montase lebih signifikan dibandingkan pada kelompok kontrol (ceramah).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Montase terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Sayur dan Buah Pada Siswa SD IT Pondok Duta Cimanggis, Kota Depok, Tahun 2019” dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran karakteristik responden pada kelompok montase yaitu mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (26%) dan rata – rata umur pada kelompok montase adalah 8 tahun. Sedangkan gambaran karakteristik responden pada kelompok kontrol yaitu mayoritas responden berjenis kelamin laki – laki (26%) dan rata – rata umur responden pada kelompok kontrol adalah 8 tahun.
2. Skor nilai median pengetahuan responden sebelum dilakukan edukasi pada kelompok montase adalah 60.

3. Skor pengetahuan responden mengalami peningkatan pada kelompok montase dilihat dari nilai median setelah dilakukan edukasi menggunakan montase menjadi sebesar 80.
4. Skor nilai median pengetahuan responden sebelum dilakukan edukasi pada kelompok kontrol adalah 55
5. Skor pengetahuan responden mengalami peningkatan pada kelompok kontrol dilihat dari nilai median setelah dilakukan edukasi menggunakan ceramah menjadi sebesar 60.
6. Terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan media montase terhadap tingkat pengetahuan responden dengan nilai P-value <0,05 (0,000).

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Aroni, Hasan. 2017. *'Pengembangan Media Pendidikan Gizi'* Dalam Hardinsyah & Supariasa, I Dewa Nyoman (Eds). *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013
- Brown, H. Douglas. 1994. *Principles of language learning and teaching*. New Jersey:Prentice hall Regents.
- Budiman & Riyanto A. (2013). *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika pp
- Devi, Nirmala.. (2012). *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: Kompas
- George, R Terry. (2005). *Principles of management*. New York: Alexander helminton institute
- Hardiansyah dkk. (2017). *Ilmu Gizi dan Teori Aplikasi*. Jakarta: EGC
- Kholid, Ahmad. 2015. *Promosi Kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya*. Jakarta:Raja Grafindo Persada.
- KEMENKES RI. (2016, November 15). *Gernas Wujudkan Indonesia Sehat*, 1—2.
- Latifah, Khusnul. (2016). *Edukasi Gizi Berbasis Edutainment Untuk Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Praktik Tentang Pemilihan Pangan Jajanan Anak*

- Sekolah (Pjas) (Studi Sdn Petompon 02 Semarang). *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Munawara R. (2016). Hubungan Kegiatan Montase Dengan Kemampuan Motorik Halus Anak Di Kelompok B1 Tk Alkhairaat Tondo Palu. *Jurnal Universitas Tadulako*. No. Stambuk A 411 11 034
- Notoatmodjo, soekidjo. (1993). *Pengantar pendidikan kesehatan dan ilmu perilaku kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Ridya Wuri. (2014). Meningkatkan Hasil Belajar IPS Dengan Menggunakan Media Kolase Pada Siswa Kelas V SDN Pamotan 1 Kecamatan Porong Kabupaten Sidoarjo. *Skripsi*. PGSD Universitas Negeri Surabaya.
- Worthington, Bonnie S. (2000). *Nutrition Throughout The Life Cycle*. Fourth Edition. USA: Mc Graw Hill Book Companiers, Inc.
- Zaki Al Fuad dan Aprian Subhananto. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Montase Kreatif Dengan Teknik Lihat, Gunting, Tempel, Dan Ceritakan (Lgtc) Untuk Meningkatkan Keterampilan Berbicara Siswa Sekolah Dasar . *Jurnal Visipena*. vol.8.