



PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA BUKU CERITA TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA ANAK KELAS 5 SDIT THARIQ BIN ZIYAD TAHUN 2019

Annisa Fitryadi¹

¹Program Studi S1 Ilmu Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga
Email : Annisafitryadi88@gmail.com

Alfi Fairuz Asna²

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro
Email : Fairuzasna@gmail.com

Noerfitri³

³Program Studi S1 Ilmu Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga
Email : Noerfitri.ayatullah@gmail.com

Abstrak

Masalah gizi di masyarakat terutama pada kalangan anak-anak yakni kurangnya konsumsi sayur dan buah. Sebanyak 93,6 % penduduk Indonesia khususnya anak usia ≥ 10 tahun yang masih kurang mengkonsumsi sayur dan buah, sementara prevalensi di Jawa barat didapatkan sebesar 96,4% penduduk Indonesia kurang mengkonsumsi sayur dan buah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media buku cerita terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad Tahun 2019. Desain penelitian ini berupa *quasi experiment design* dengan *non randomized One Group Pretest-Posttest*. Subjek penelitian terdiri dari 33 siswa sebagai kelompok intervensi. Media yang digunakan adalah buku cerita. Hasil analisis statistik dengan uji *Wilcoxon Rank Test* menunjukkan pada pengetahuan ($p=0.002 (<0,05)$), sikap ($p=0.000 (<0,05)$) dan Perilaku konsumsi ($p=0.000 (<0,05)$). Artinya terdapat pengaruh sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi dengan media buku cerita terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak kelas 5 sebagai kelompok intervensi.

Kata Kunci: Buku cerita, sayur dan buah, pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi

Abstract

Nutritional problems in the community, especially among children, are lack of consumption of vegetables and fruit, as many as 93.6% of the Indonesian population of children aged ≥ 10 years are still consuming less vegetables and fruits, while the prevalence in West Java was obtained by 96.4% of the Indonesian

population consuming less vegetables and fruits, this study aims to determine the effect of nutritional education through storybook media on the knowledge, attitudes and behavior of vegetable and fruit consumption in 5th grade children of SDIT Thariq bin Ziyad in 2019. The study design was a quasi-experiment design with a non-randomized one group pretest-posttest. The research subjects consisted of 33 students as the intervention group. The research subjects consisted of 33 students as a treatment group and a control group. The media used is story books. The results of bivariate analysis with the Wilcoxon Test Rank Test showed the knowledge of the intervention group ($p = 0.002 (<0.05)$), the attitude of the intervention group ($p = 0,000 (<0, 05)$) and the consumption behavior of the intervention group ($p = 0,000 (<0.05)$). This means that there are influences before and after the provision of nutritional education with storybook media on the knowledge, attitudes and behavior of vegetable and fruit consumption in 5th grade children as an intervention group.

Keywords: *Story books, Vegetables and fruit, Knowledge, Attitudes, Consumption behavior*

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan anak yang memiliki rentang usia antara 6-12 tahun. Terdapat permasalahan yang dihadapi oleh anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) terkait keadaan gizi yang masih rendah terutama dalam memilih makanan yang baik (Sartika, 2011). Salah satu syarat dalam memperbaiki keadaan gizi seseorang yakni dengan pemenuhan gizi seimbang salah satunya seperti vitamin dan mineral melalui konsumsi sayur dan buah sebagai makanan penting yang dapat selalu dikonsumsi pada setiap kali makan, terutama jika dikonsumsi sejak usia anak-anak (Mitchell, 2012). Akan tetapi masih

ditemuka rendahnya konsumsi sayur dan buah yang menjadi masalah utama pada perilaku makan anak (Geller, 2009). Menurut survei konsumsi sayur dan buah nasional pada tahun 2007 sampai 2013, ditemukan bahwa rata-rata konsumsi buah terus menurun dari 49 kkal/hari menjadi 30 kkal/hari dan 46 kkal/hari menjadi 38 kkal/hari untuk konsumsi sayur. Menurut riskesdas (2013) Di Indonesia, prevalensi nasional menunjukkan bahwa sebanyak 93,6 % penduduk indonesia yaitu anak yang berusia ≥ 10 tahun kurang mengonsumsi sayur buah, sedangkan prevalensi pada jawa barat didapatkan sebesar 96,4%. Menurut aturan permenkes nomor 41

Tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang bahwa anjuran untuk mengonsumsi sayuran dan buah-buahan adalah 300-400 gram yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah. Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber serat pangan yang sangat mudah ditemukan dalam bahan makanan (Santoso, 2011). Sayuran dan buah-buahan sebagai sumber vitamin, mineral dan serat memiliki beberapa manfaat yaitu sebagai sumber kesehatan, perkembangan dan pertumbuhan sehingga rendahnya mengonsumsi bahan pangan tersebut dapat menyebabkan perubahan pola penyakit infeksi menjadi penyakit degeneratif dan metabolik terhadap kondisi gizi (Santoso, 2011; Mohammad dan Madaniyah 2015).

Menurut Amalia (2018) menyatakan bahwa pengetahuan gizi anak kelas 4 dan 5 sekolah dasar tergolong rendah, sehingga perlu adanya pemberian pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah tentang sayur dan buah untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah. Salah satu program perbaikan gizi yang bias dilakukan yaitu melalui

edukasi gizi. Upaya dalam pemberian edukasi gizi di sekolah memiliki beberapa keuntungan antara lain, anak usia sekolah (6-12 tahun) sudah mulai matang secara seksual dan siap dalam belajar, memiliki pemikiran yang terbuka dan pengetahuan yang diterima dapat menjadi dasar bagi kebiasaan makannya. Sehingga pemberian edukasi gizi pada anak sekolah dasar merupakan langkah strategis dalam memperbaiki gizi karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian SDM yang berkualitas (Depkes RI, 2005). Edukasi gizi merupakan pemberian informasi gizi yang digunakan agar anak usia sekolah mengubah perilaku konsumsi pangan menjadi lebih baik, dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada anak usia sekolah, sebab mampu membentuk sikap positif terhadap makanan bergizi sehingga membentuk kebiasaan makan yang baik (Krolner et al., 2011).

Dalam proses edukasi gizi perlu adanya alat peraga atau media yang berperan dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada anak

(Notoatmodjo, 2012 dan Eliana dan Sholikah, 2012). Buku cerita merupakan media edukasi yang dapat membantu meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak (Moyer, 2008). Buku cerita merupakan media promosi sederhana yang mudah digunakan, unik, menggabungkan teks dan gambar dalam bentuk yang kreatif sebab dapat menarik perhatian semua kalangan usia termasuk anak-anak, memiliki kelebihan yaitu mudah untuk dimengerti dan dipahami (Wiranda, 2013). Media buku cerita dapat diaplikasikan pada siswa kelas 5 sekolah dasar, sebab anak sudah dapat membaca dengan baik dan benar, serta mereka dapat memahami isi dari buku yang berisi informasi mengenai apa yang akan disampaikan (Eliana dan Solikhah, 2012). Menurut penelitian Trianto (2015) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan buku cerita pada kelompok eksperimen dari $11,08 \pm 2,422$ menjadi $18,88 \pm 3,553$. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Buku Cerita terhadap

Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad Tahun 2019”.

METODE PENELITIAN

1. Jenis Penelitian dan Subjek-Objek Penelitian

Merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain kuasi eksperimen dalam bentuk rancangan One group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa/i SDIT Thariq Bin Ziyad kelas 5 semester genap tahun ajaran 2018-2019 di Bekasi sebanyak 127 siswa/i. Keseluruhan siswa kelas 5 terdistribusi ke dalam 4 kelas, yaitu 5A sampai 5D. Siswa/i yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini akan diberikan intervensi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik Purposive sampling dengan sampel sebanyak 33 anak. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi gizi sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap konsumsi sayur dan buah.

a. Waktu, Tempat, Instrumen dan Teknik Analisis Penelitian

Intervensi dilakukan dengan menggunakan media buku cerita berisikan kisah kehidupan sang tokoh yang berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah dilakukan sebanyak 4 kali cerita selama 4 minggu. Setiap pertemuan akan dilakukan dongeng atau bercerita selama 30 menit dengan diberikan beberapa pertanyaan yang bertujuan untuk menimbulkan rasa ingin tahu serta menguji tingkat pemahaman anak dimulai dari awal hingga akhir cerita disampaikan. Tokoh terdiri dari 4 macam terdiri dari orang tua (ayah dan ibu) dan kakak adik dengan berbeda karakter pada masing-masing tokoh terkait dengan konsumsi sayur dan buah. Untuk mengetahui adanya perubahan pengetahuan, sikap serta perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan intervensi gizi, maka dilakukan dengan memberikan pre-test pada sampel kemudian diberikan intervensi setelah itu dilakukan pengukuran kembali atau post-test pada sampel tersebut. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari

2019 di SDIT Thariq bin Ziyad sebagai sampel yang diberikan intervensi. Data pengetahuan dan sikap diperoleh dengan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap sayur dan buah sedangkan data perilaku konsumsi sayur dan buah diperoleh melalui lembar FFQ (Food Frequency Questionnaire) berisi 16 jenis buah dan 12 jenis sayuran. Analisa data menggunakan uji wilcoxon yang merupakan uji statistik non parametrik dari uji paired T-test. (p value $< 0,05$)

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

1. Jenis kelamin

Distribusi jenis kelamin pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin pada anak kelas 5 di SDIT Thariq bin Ziyad

Jenis Kelamin	Perlakuan	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	18	54.5
Perempuan	15	45.5
Total	33	100.0

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki lebih dominan daripada

perempuan sebesar (54,5%), sedangkan perempuan sebesar (45,5%).

2. Usia

Distribusi usia pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi usia pada anak kelas 5 di SDIT Thariq bin Ziyad

Usia	Perlakuan	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
10	21	63.3
11	11	33.3
12	1	3.0
Total	33	100.0

Berdasarkan Tabel 2 dilihat dari segi usia kelompok responden pada penelitian terbesar berada pada kisaran 10 tahun sampai 12 tahun. Pada kelompok perlakuan sebagian besar sampel berusia 10 tahun yaitu sebesar (63,3%), sedangkan sampel yang berusia 11 tahun sebanyak (33,3%) dan 12 tahun sebesar (3%).

3. Pendidikan Orang Tua

Distribusi pendidikan orang tua pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Orang Tua pada anak kelas 5 di SDIT Thariq bin Ziyad

Variabel	Perlakuan	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pendidikan Ayah		
SD	0	0.0
SMP	0	0.0
SMA/SMK	9	27.3
Perguruan Tinggi	24	72.7
Pendidikan Ibu		
SD	0	0.0
SMP	0	0.0
SMA/SMK	6	18.2
Perguruan Tinggi	27	81.8

Berdasarkan tabel 3 terdapat pengumpulan data karakteristik pendidikan orangtua, dapat dilihat bahwa sebagian besar pendidikan terakhir ayah pada sampel yaitu pada tingkat perguruan tinggi dengan persentase sebesar (72,7%), sedangkan pendidikan terakhir ayah lainnya berada pada tingkat SMA/SMK sebesar (27,3%) dan pendidikan terakhir ibu sebagian besar pada tingkat perguruan tinggi sebesar (81,8%), sedangkan pendidikan terakhir ibu lainnya berada pada tingkat SMA/SMK sebesar (18,2%).

4. Pekerjaan Orang Tua

Distribusi pekerjaan orang tua pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua pada anak kelas 5 di SDIT Thariq bin Ziyad

Variabel	Perlakuan	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pekerjaan Ayah		
PNS/TNI/Polri	9	27.3
Karyawan	24	72.7
Swasta	0	0.0
Wirausaha	0	0.0
Tidak bekerja		
Pekerjaan Ibu		
PNS/TNI/Polri	5	15.2
Karyawan	8	24.2
Swasta	0	0.0
Wirausaha	0	0.0
IRT (Ibu Rumah	20	60.6

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan ayah pada sampel adalah sebagai karyawan swasta yakni sebesar (72,7%) dan yang lainnya adalah sebagai PNS/TNI/Polri sebesar (27,3%). Sedangkan pada pekerjaan ibu sebagian besar pada sampel adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebesar (60,6%) dan yang lainnya sebagai karyawan swasta sebesar (24,2%) dan sebagai PNS/TNI/Polri sebesar (15,2%).

5. Karakteristik lingkungan berdasarkan ketersediaan sayur dan buah pada anak sekolah (SDIT Thariq bin Ziyad)

Distribusi ketersediaan sayur dan buah pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Distribusi frekuensi ketersediaan sayur dan buah pada anak kelas 5 di SDIT Thariq bin Ziyad

Ketersediaan Sayur dan Buah	Perlakuan	
	Jumlah (n)	Persentase (%)
<i>Pre-test</i>		
Positif	25	75.8
Negatif	8	24.2
<i>Post-test</i>		
Positif	28	84.8
Negatif	5	15.2

Berdasarkan tabel diatas, diketahui ketersediaan sayur dan buah pada sampel saat pre- test sebagian besar berada pada kategori positif sebesar (75,8%), kemudian pada saat diberikan post-test ketersediaan sayur dan buah sampel pada kategori positif mengalami peningkatan dengan persentase dari (75,8%) menjadi (84,8%). Sedangkan pre-test pada kategori negative mengalami penurunan dari (24,2%) dan pada *post-test* menjadi (15,2%).

Analisa Bivariat

1. Perbedaan pengetahuan sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat *pre-test* dan *post-test*

Tabel 6. Perbedaan pengetahuan sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat

Pengetahuan (Min-Max)	Median±Std. Deviasi
<i>Pre-Test</i>	(29-100.00±18.97)
<i>Post-Test</i>	(57-100.00±8.54)
	0.002^a

Keterangan: ^a) *Wilcoxon Test*

Berdasarkan tabel 6 dilakukan uji *Wilcoxon rank test* pada *pre-test* dan *post-test* pengetahuan pada sampel diperoleh nilai *p-value* yaitu $0,002 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan siswa

2. Perbedaan sikap sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat *pre-test* dan *post-test*

Tabel 7. Perbedaan sikap sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat *pre-test* dan *post-test*

Sikap (Min-Max)	Median±Std. Deviasi
<i>Pre-test</i>	(57-96) 82.00±8.72
<i>Post-test</i>	(71-96) 89.00±6.55
p-value	0.000^a

Keterangan: ^a) *Wilcoxon Test*

Berdasarkan tabel 7 dilakukan uji *Wilcoxon rank test* pada *pre-test* dan *post-test* sikap pada sampel diperoleh nilai *p-value* yaitu $0,000 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap sikap siswa.

3. Perbedaan perilaku konsumsi sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat *pre-test* dan *post-test*

Tabel 8. Perbedaan perilaku konsumsi sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat *pre-test* dan *post-test*

Perilaku konsumsi sayur dan buah (Min-Max)	Median±Std. Deviasi
<i>Pre-test</i>	(2-28) 8.00±7.36
<i>Post-test</i>	(3-112) 25.00±20.19
p-value	0.000^a

Berdasarkan tabel 8 dilakukan uji *Wilcoxon rank test* pada *pre-test* dan *post-test* perilaku konsumsi sayur dan buah sampel diperoleh nilai *p-value* yaitu $0,000 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah

siswa.

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Analisis Univariat

1. Jenis Kelamin

Sebanyak 33 subyek digunakan dalam penelitian ini. Dilihat dari karakteristik jenis kelamin responden diperoleh hasil responden laki-laki lebih dominasi sebanyak 54,5%, sedangkan pada perempuan sebesar (45,5%). Menurut Gurian (2004) menyatakan bahwa terdapat adanya perbedaan dalam pemikiran serta daya ingat antara laki-laki dan perempuan dikarenakan adanya bagian otak pada anak laki-laki yang cenderung lebih berkembang dan mempunyai spasial yang lebih kompleks dibandingkan dengan anak perempuan. Akan tetapi, pada perempuan memiliki daya ingat yang lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini disebabkan oleh pusat memori anak laki-laki lebih kecil dibandingkan dengan anak perempuan.

2. Usia

Dilihat dari segi usia kelompok responden pada penelitian berada pada kisaran 10 tahun sampai 12

tahun. Sampel sebagian besar pada penelitian ini berada pada usia 10 tahun yaitu sebesar 63,3%. Menurut Sulastri, Purna, Suyasa (2014) mengatakan bahwa seorang anak yang berada pada usia 8-12 tahun mampu mempunyai daya ingat mencapai hingga intensitas paling besar dan kuat. Semakin cukup umur, maka seorang anak dapat memiliki kematangan dalam berfikir dan melakukan aktivitas lainnya seperti bekerja (Wawan A dan Dewi, 2010).

3. Pendidikan Orang Tua

Berdasarkan data pendidikan orang tua, pada sampel persentase tertinggi diperoleh sebesar 72,7% pada ayah memiliki pendidikan minimum perguruan tinggi, sedangkan lainnya diperoleh sebesar 27,3% yakni berada pada tingkat pendidikan minimum SMA/SMK. Sedangkan pada pendidikan ibu didapatkan hasil persentase sebagian besar 81,8% ibu memiliki pendidikan minimum perguruan tinggi, sedangkan lainnya memiliki pendidikan minimum SMA/SMK dengan persentase sebesar 18,2%. Pendidikan orang tua memiliki

peranan yang amat penting pada anak khususnya tentang konsumsi sayur dan buah, didapatkan bahwa sebagian besar pendidikan baik ayah dan ibu pada penelitian ini adalah perguruan tinggi. Hal ini memungkinkan orangtua untuk mempunyai pengetahuan lebih menuju baik, namun tidak semua ayah dan ibu yang berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan gizi yang baik pula. Orang tua yang mempunyai pendidikan tinggi terutama dalam bidang kesehatan, memiliki peluang besar dalam memperoleh informasi terkait kesehatan yang telah diterima. Hal ini sejalan dengan penelitian Mohammad et al, 2015 yang menjelaskan bahwa pendidikan ayah dan ibu juga berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah demikian pula dengan uang saku, pendapatan keluarga serta ketersediaan sayur dan buah yang ternyata memiliki hubungan signifikan positif dengan konsumsi sayur dan buah pada anak.

4. Pekerjaan Orang Tua

Sebagian besar pekerjaan ayah pada sampel adalah sebagai karyawan

swasta yakni sebesar (72,7%) dan yang lainnya adalah sebagai PNS/TNI/Polri sebesar (27,3%). Sebagian besar pendidikan ayah pada penelitian ini berada pada pekerjaan yang baik yakni karyawan swasta (72,7%). Menurut penelitian Ahmed (2014) mengatakan bahwa semakin baik pekerjaan seseorang maka semakin baik pula dalam memiliki pendapatan yang akan digunakan sebagai akses dalam membeli ataupun menyediakan makanan keluarga termasuk dalam menyediakan sayur dan buah di rumah. Sedangkan pada pekerjaan ibu sebagian besar pada sampel adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebesar (60,6%) dan yang lainnya sebagai karyawan swasta sebesar (24,2%) dan sebagai PNS/TNI/Polri sebagai (15,2%). Sebagian besar pekerjaan ibu pada penelitian ini adalah Ibu Rumah Tangga (IRT). Penelitian Putri R, et al (2015) dan Noia (2010) menjelaskan bahwa ibu yang bekerja memiliki pengaruh yang berbeda-beda terutama dalam memberikan pengaruh terhadap pemilihan pola makan pada anak, ibu yang berstatus ibu Rumah Tangga (IRT) akan memiliki waktu lebih

banyak untuk memperhatikan pola makan anak sehingga mampu memberikan dukungan dalam menyediakan serta dapat memperkenalkan anak untuk mengonsumsi sayur dan buah.

5. Ketersediaan Sayur dan Buah

Ketersediaan sayur dan buah dalam penelitian ini merupakan ada atau tidaknya sayur dan buah dirumah dan disekitar rumah responden. Ketersediaan sayur dan buah yang dikategorikan positif maka menyatakan tersedianya sayur dan buah dirumah atau sekitar rumah responden, sedangkan ketersediaan sayur dan buah yang dikategorikan negatif maka menyatakan tidak selalu tersedia sayur dan buah dirumah atau sekitar rumah responden (Fibrihirzani, 2012). Ketersediaan sayur dan buah baik dirumah ataupun dilingkungan sekolah merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah, didapatkan bahwa ketersediaan sayur dan buah pada sampel saat pre-test sebagian besar berada pada kategori positif sebesar (75,8%), kemudian pada saat diberikan post-test ketersediaan sayur

dan buah sampel pada kategori positif mengalami peningkatan dengan persentase dari (75,8%) menjadi (84,8%). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian dari Noia (2010) yang menyatakan bahwa terdapat adanya beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah meliputi kesukaan makanan pada anak, pengetahuan dan sikap tentang konsumsi sayur dan buah, ketersediaan sayur dan buah baik di rumah ataupun lingkungan sekolah, pengaruh lingkungan keluarga dan sekolah serta peran media massa.

B. Pembahasan Analisis Bivariat

1. Perbedaan pengetahuan tentang sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat pre-test dan post-test

Dilakukan uji Wilcoxon rank test pada pre-test dan post-test pengetahuan pada sampel diperoleh nilai $p\text{-value}$ yaitu $0,002 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan siswa. Hasil statistik menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan

anak saat setelah diberikan edukasi gizi dibandingkan sebelum diberikan edukasi gizi. Hal ini terjadi sebab salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah sumber informasi. Dimana informasi dapat dengan mudah diperoleh melalui berbagai sumber baik dari promosi kesehatan, media cetak ataupun media elektronik. Sumber informasi yang di dapatkan melalui promosi kesehatan dapat dilakukan dengan metode edukasi gizi. Pelaksanaan edukasi dapat dilakukan dengan mudah apabila dibantu oleh sebuah alat perantara atau media.

Dengan adanya media dalam pemberian edukasi dapat membuat anak lebih aktif sebab menggunakan panca indera yang ada pada tubuh anak. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Notoatmodjo (2012) yang menyatakan bahwa sebuah informasi akan sangat mudah dan cepat untuk diperoleh apabila memanfaatkan panca indera yang ada pada tubuh seseorang terutama indera penglihatan dan indera pendengaran, adapun pada indera pengecapan dapat pula dimanfaatkan walaupun sebagai penunjang dalam mengubah prespektif

seseorang. Adapun media yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku cerita. Dengan adanya pengaruh edukasi melalui buku cerita pada sampel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa media buku cerita dapat digunakan pada anak-anak yang masih dalam tahap pertumbuhan. Hasil lain dalam penelitian ini pun menemukan bahwa media buku cerita dapat mengubah ruang kelas menjadi suasana lebih menyenangkan yang mampu membuat siswa lebih aktif dalam berdiskusi dan bertanya mengenai materi yang telah disampaikan oleh peneliti. Hal ini didukung oleh penelitian Maghfiroh (2013) yang menyatakan bahwa dengan adanya media anak dapat belajar sambil bermain sehingga minat anak untuk belajar akan lebih besar dan pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.

2. Perbedaan sikap tentang sayur dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat pre-test dan post-test

Berdasarkan tabel 7 dilakukan uji Wilcoxon rank test pada pre-test dan post-test sikap pada sampel diperoleh nilai p- value yaitu $0,000 < (0.05)$.

Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan siswa. Sikap pada seseorang menunjukkan suatu kesiapan atau ketersediaan seseorang untuk bertindak namun belum menunjukkan suatu tindakan yang nyata, sikap hanya bagian dari faktor predisposisi suatu perilaku (Notoatmodjo, 2012). Terdapat pengaruh edukasi gizi melalui media buku cerita terhadap peningkatan sikap seseorang dikarenakan kesiapan siswa dalam untuk melakukan tindakan karena sebelumnya siswa memiliki pengetahuan yang baik pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi terkait sayur dan buah. Hal ini sejalan dengan penelitian Ferwanda dan Muniroh (2017) yang mengatakan bahwa salah satu faktor terbentuknya sikap seseorang adalah adanya tingkat pengetahuan seseorang, dimana kemungkinan besar peningkatan sikap responden terutama tentang konsumsi sayur dan buah terjadi karena adanya peningkatan pengetahuan.

3. Perbedaan Perilaku konsumsi sayur

dan buah dengan menggunakan buku cerita pada saat pre-test dan post-test

Berdasarkan tabel 8 dilakukan uji Wilcoxon rank test pada pre-test dan post-test perilaku konsumsi sayur dan buah sampel diperoleh nilai p- value yaitu $0,000 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah siswa. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku maka perlu mengetahui terlebih dahulu apa manfaat bagi dirinya. Dalam mewujudkan pengetahuan tersebut, maka subjek distimulus dengan edukasi kesehatan. Dan apabila seseorang telah banyak memperoleh informasi melalui edukasi yang telah diperoleh maka cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan pengetahuan ini akan menjadi dasar pada sikap dan perilaku seseorang (Budiman dan Riyanto, 2014). Pemberian edukasi gizi melalui media buku cerita yang dilakukan peneliti dengan pendekatan yang baik maka dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap yang kemudian diikuti dengan adanya perubahan

perilaku seseorang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik kelompok yang diberikan intervensi sama dalam proporsi jenis kelamin, usia, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan ketersediaan sayur dan buah pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad Tahun 2019.
2. Adanya pengaruh edukasi melalui media buku cerita terhadap peningkatan ($p=0.002$ ($<0,05$)), sikap ($p=0.000$ ($<0,05$)) dan Perilaku konsumsi sayur dan buah ($p=0.000$ ($<0,05$)) pada anak kelas 5 SDIT Thariq bin Ziyad Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, Fausat F, John, Naphatali. Socioeconomic Characteristic and Food Diversity Among High Income Household: a case Study of Maiduguri Metropolis, Borno State, Nigeria. *American Journal of Social and Management Science* 2014;5(1):19–26.

Amalia, Fifiandyas, et al. 2018. Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan praktik calon ibu dalam pencegahan kurang energi kronik ibu hamil (Studi pada Pengantin Baru Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Duren, Bandungan, Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* Volume 6, FKM UNDIP

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 Laporan Nasional; Jakarta .

Budiman dan Riyanto, A. 2014. Kapita Selekta Kuesioner : Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika

Depkes RI. 2005. Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah. Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat, Jakarta.

Eliana D. dan Sholikah., 2012, Pengaruh Buku Saku Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Anak Kelas 5 Muhammadiyah Dadapan Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta, *Jurnal KESMAS UAD*, 6(2) : 62-232.

Ferwanda, A.F. 2017. Efektivitas Buku Berbasis Games Terhadap Perubahan Pengetahuan serta Sikap Tentang Sayur dan Buah. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/arti cle/download/7132/4297>. Diakses pada tanggal 35

- mei 2019
- Fibrihirzani, Hafsa. 2012. Hubungan sikap, pengetahuan, ketersediaan sayur dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012. Skripsi. Program sarjana gizi FKM UI Depok : FKM UI
- Geller, K.S dan Dzwalowski D, A. Longitudinal and Cross-sectional influences on youth food and vegetable consumption. Nutrition review 2009. Vol 67 no 2 65-76.
- Gurian M. 2004. What Could He be Thinking? How a Man's Mind Really Works. New York: ST Martin's Griffin
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Krolner R, Rasmussen M, Brug J, Klepp KI, Wind M, & Due P. 2011. Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents: a review of literature part II: qualitative studies. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 8, 1-38.
- Maghfiroh, L., 2013, Penggunaan Media Flashcard untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPS pada Pembelajaran Tematik di Sekolah Dasar, Jurnal PGSD UNESA. 1 (2) : 0-126.
- Mitchell, Gemma L, et al. 2012. Parental Influences on Children's Eating Behavior and Characteristics of Successful Parent-Focused Intervention. Appetite 60 (85-94).
- Mohammad, A dan Madanijah, S. 2015. Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di bogor. Jurnal Pangan Gizi Vol 10, No 1. 71-76.
- Moyer-Guse, E. 2008. Toward a Theory of Entertainment Persuasion: Explaining the Persuasive Effect of Entertainment Education Messages. Journal of Communication Theory: 18, 407-425
- Noia J., Contento I. Fruit and Vegetable Availability Enables Adolescent Consumption that Exceeds National Average. Nutrition Research 2010;30(6):396-402.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012.. Promosi Kesehatan di Sekolah.. Jakarta: Rineka Cipta
- Putri R., Sulastri D, Lestari Y. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas 2015;4(1):254-61
- Santoso, Agus. 2011. Serat Pangan (Dietary Fiber) dan manfaatnya bagi kesehatan Magistra No 75. Klaten: Fakultas Teknologi Pertanian. Universitas Widya Dharma. ([Http://Journal.unwidha.ac.id](http://Journal.unwidha.ac.id) diakses pada minggu , 03 Maret 2019)
- Sartika, Ratu A.D. 2011. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku

- konsumsi serat pada siswa. Jurnal Ilmu Pendidikan Jilid 17 No 4 hal 332-330.
- Sulastrri, K., Purna, I.N., Suyasa., I.N., 2014, Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Anak Sekolah tentang Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur II, Jurnal Kesehatan Lingkungan. 4(1) : 99-106
- Trianto, Agung. 2015. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang HIV-AIDS Melalui Buku Cerita Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap, Dan Daya Terima Remaja Dalam Pencegahan HIV-AIDS Di SMA. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Wawan, A., Dewi., 2010, Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Wiranda, Yudha. 2013. Ilustrasi multi edukasi pada buku cerita anak-anak sekolah sayur-sayuran. Skripsi. univ