



Pengaruh Edukasi Pendidikan Gizi Terhadap Perilaku Anak Sekolah Kelas V di SDS IT Al Wahdah Kendari Tahun 2024

Nabila Dwi Saputri¹, Hartati Bahar², Hariati Lestari³

^{1,2,3}Universitas Haluoleo, Indonesia

Alamat: Jl. Mata Air 1, Lalolara, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93118

Korespondensi penulis: dwisaputrinabila57@gmail.com

Abstract. Multiple nutrition is still a major problem for most Indonesians, including school-age children, which affects the quality of human resources. School-age children are a nutritionally vulnerable group that requires a diverse food intake to support rapid growth and development. This study aims to determine the effect of nutrition education on behavior (knowledge, attitude, motivation and action) of fifth grade school children through the book media "My Nutrition Diary." at SDS IT Al Wahdah Kendari in 2024. The type of research used is Pre-experimental with One Group Pre test - Post test Design. The population of this study were fifth grade students of SDS IT Al Wahdah Kendari Year 2024 totaling 54 people, the sampling technique was purposive sampling with a sample size of 35 respondents. Data collection using a questionnaire given to respondents before and after being given education with promotional media for my nutrition diary. Data analysis using paired test. The results of the study, there is an effect of education with the media promotion of my nutrition diary book given by students to increase students' knowledge, attitudes, motivation and actions about balanced nutrition, namely knowledge p value $(0.000) < \alpha (0.05)$, attitude p value $(0.000) < \alpha (0.05)$, student motivation p value $(0.000) < \alpha (0.05)$. and student action p value $(0.000) < \alpha (0.05)$.

Keywords: Nutrition, my nutrition diary, students

Abstrak. Masalah gizi ganda masih menjadi permasalahan utama bagi sebagian besar penduduk Indonesia, termasuk anak usia sekolah, yang berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Anak usia sekolah merupakan kelompok rentan gizi yang membutuhkan asupan makanan beraneka ragam untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap perilaku (pengetahuan, sikap, motivasi dan tindakan) anak sekolah kelas V melalui media buku "Diari Giziku." di SDS IT Al Wahdah Kendari Tahun 2024. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pra- Eksperimental* dengan desain *One Group Pre test - Post test Design*. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas V SDS IT Al Wahdah Kendari Tahun 2024 yang berjumlah 54 orang, teknik pengambilan sampel adalah *Purposive sampling* dengan jumlah sampel 35 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media promosi buku diari giziku. Analisis data menggunakan uji paired. Hasil penelitian, ada pengaruh edukasi dengan media promosi buku diari giziku yang diberikan siswa meningkatkan pengetahuan, sikap, motivasi dan tindakan siswa tentang gizi seimbang, yaitu pengetahuan p value $(0,000) < \alpha (0,05)$, sikap p value $(0,000) < \alpha (0,05)$, motivasi siswa p value $(0,000) < \alpha (0,05)$. dan tindakan siswa p value $(0,000) < \alpha (0,05)$.

Kata kunci: gizi, buku diari giziku, siswa.

1. LATAR BELAKANG

Gizi seimbang merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan jenis kelamin, umur, dan status kesehatan. Sebagian besar penduduk Indonesia, termasuk anak usia sekolah, terus mempermasalahakan masalah gizi ganda karena akan berdampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia. Anak usia sekolah adalah kelompok rentan gizi, gizi seimbang bagi anak sekolah perlu dipenuhi setiap hari dengan makanan yang beraneka ragam karena anak sekolah mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga membutuhkan konsumsi pangan yang

cukup untuk pencapaian gizi seimbang (Sahroni Ana, Rachmawati et al., 2023).

Masalah gizi pada anak usia sekolah yang umum ditemukan antara lain adalah pendek, kurus, kegemukan, obesitas, dan anemia. Dalam penelitian fitri Rachmillah Fadmi & Sri Mulyani (2019) mengatakan berdasarkan profil kesehatan tahun 2017 menunjukkan bahwa prevalensi gizi buruk di Indonesia pada tahun 2016 sebesar 3,40% dan meningkat sebesar 3,80% pada tahun 2017. Dari 34 provinsi di Indonesia pada tahun 2017, Provinsi Sulawesi Tenggara menduduki urutan ke 4 dengan prevalensi gizi buruk sebesar 6,50% yang meningkat dari tahun 2016 sebesar 2,05% (Kemenkes RI, 2017). Data Riset Kesehatan Dasar Nasional (Riskesdas) 2018 menunjukkan status gizi pada anak umur 5-12 tahun sebagai berikut, prevalensi anemia untuk usia 5-14 tahun sebesar 26,8%, prevalensi pendek sebesar 23,6%, prevalensi gemuk sebesar 10,8% dan obesitas (sangat gemuk) sebesar 9,2 %, prevalensi kurus sebesar 9,2%. Di Kota Kendari sendiri prevalensi sangat kurus pada anak usia 5-12 tahun yaitu 2,8%, kurus 8,4%, dan gemuk 7,2% (Riskesdas 2018).

Data awal yang diambil langsung di salah satu puskesmas di Kota Kendari yaitu di Puskesmas Mokoau, diperoleh data status gizi dari 10 SD di sekitar wilayah Mokoau tahun 2023. Siswa yang banyak mengalami obesitas yaitu di SDS IT AL Wahdah Kendari sebanyak 3 orang, dan siswa yang memiliki status gizi yang baik sebanyak 79 orang. Maka dari itu peneliti memilih SDS IT Al Wahdah Kendari untuk dijadikan sebagai kelas percontohan untuk aplikasi pengukuran status gizi anak usia sekolah menggunakan media buku diari giziku.

Media buku diari giziku merupakan buku pendidikan gizi untuk anak usia sekolah dasar. Buku ini berisi 9 topik yang menguraikan konsep kompleks kedalam bahasa yang mudah dipahami oleh anak, didesain dengan penuh warna, dan menggunakan karakter yang sesuai untuk anak usia 6-12 tahun. 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 disampaikan (Fitryadi et al., 2019). Keberhasilan edukasi gizi dengan media buku diary ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Riska, Desi, dan Susebah (2021) mengenai Hasil analisis saat pretest dan posttest terhadap nilai pengetahuan siswa-siswi SMP Kristen Maranatha yang menggunakan uji wilcoxon menunjukkan nilai signifikan ($p = 0,000$) $< \alpha = 0,05$ yang berarti ada perbedaan nilai pengetahuan siswa-siswi SMP Kristen Maranatha antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi dengan media buku diary.

Dengan mempertimbangkan uraian diatas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul pengaruh edukasi pendidikan gizi terhadap perilaku anak sekolah kelas V melalui media diari giziku SDS IT AL Wahdah Kendari tahun 2024.

2. KAJIAN TEORITIS

Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari “tahu” ini terjadi ketika orang tersebut sudah melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu Indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Kurang lebih pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007).

Pengertian Sikap

Sikap adalah reaksi atau tanggapan seseorang yang tetap tertutup terhadap suatu rangsangan atau objek. Sikap dengan jelas menunjukkan bagaimana tanggapan yang tepat terhadap rangsangan tertentu akan terjadi. Dalam kehidupan sehari-hari, ini adalah reaksi emosional terhadap stimulus sosial (Notoatmodjo, 2014).

Pengertian Motivasi

Motivasi sangat penting untuk keberhasilan pendidikan. Baik guru maupun siswa harus memiliki motivasi, motivasi belajar mengacu pada motivasi yang mendorong kegiatan belajar siswa. Untuk memahami apa yang dimaksud dengan motivasi belajar, pertama-tama kita harus memahami definisi dari motivasi belajar dengan melihat elemen-elemen motivasi dan belajar (Purwanto & Hadi, 2021).

Kenyamanan(Amenity)

Kenyamanan Menurut Bloom dalam Djafar (2022: 23), perilaku dibagi menjadi tiga domain yang berkaitan dengan tujuan pendidikan: kognitif (prngrtahuan), efektif (sikap), dan psikomotor (tindakan). Semua domain ini dikembangkan dan diubah sebagai alat untuk mengukur pendidikan kesehatan. Menurut Notoatmodjon (2014), tindakan adalah proses pengamatan yang menghasilkan respon untuk melakukan tindakan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif, jenis desain penelitian *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretes – posttes*. Rancangan jenis ini hanya menggunakan satu kelompok subjek, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup umur, dan jenis kelamin yang dapat dilihat pada tabel berikut;

Tabel 1 Distribusi Responden pada Siswa SDS IT AL Wahdah tahun 2024

No	Distribusi	Keterangan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Umur	10 tahun	27	77,1
2		11 tahun	8	22,9
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	13	37,1
2		Perempuan	22	62,9
Total			35	100

Tabel 1 diatas menunjukkan distribusi umur responden dari 35 responden yang terbanyak berada pada responden berusia 10 tahun sebanyak 27 responden (77,1%) sedangkan responden dengan umur terendah berada pada umur 11 tahun sebanyak 8 responden (22,9). Sedangkan, untuk distribusi jenis kelamin responden dari 35 responden antara laki-laki dan perempuan yang paling banyak adalah responden perempuan sebanyak 22 (62,9%) responden sedangkan responden laki-laki sebanyak 13 responden (37,1%).

Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini untuk melihat perlakuan sebelum dan sesudah diberikan buku diari giziku pada variabel pengetahuan, sikap, motivasi, dan tindakan yang disajikan pada tabel 2 berikut ini;

Tabel 2 Distribusi Variabel Sebelum dan Sesudah diberikan Buku DIARI GIZIKU

Distribusi	Keterangan	Hasil Intervensi			
		Sebelum		Sesudah	
		N	%	N	%
Pengetahuan	Cukup	25	71,4	28	80,0
	Kurang	10	28,6	7	20,0
Sikap	Positif	22	62,9	28	80
	Negatif	13	37,1	7	20
Motivasi	Tinggi	26	74,3	27	77,1
	Rendah	9	25,7	8	22,9
Tindakan	Positif	21	60,0	27	77,1
	Negatif	14	40,0	8	22,9
Total		35	100,0	35	100,0

Tabel 2 menunjukkan perubahan pengetahuan, sikap, motivasi, dan tindakan responden sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum intervensi, 71,4% responden memiliki pengetahuan

cukup, yang meningkat menjadi 80,0% setelah intervensi. Responden dengan pengetahuan kurang berkurang dari 28,6% menjadi 20,0%. Sikap positif juga meningkat dari 62,9% menjadi 80,0%, sedangkan sikap negatif turun dari 37,1% menjadi 20,0%. Motivasi tinggi meningkat dari 74,3% menjadi 77,1%, sementara motivasi rendah berkurang dari 25,7% menjadi 22,9%. Tindakan positif meningkat dari 60,0% menjadi 77,1%, dan tindakan negatif berkurang dari 40,0% menjadi 22,9%.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Berikut adalah tabel yang peneliti sajikan;

Tabel 3 Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	Kategori	Mean (SD)	Min.	Max.	T	P-Value
Pengetahuan Siswa	Pre-test	6,34	1	10	5,955	0,000
	Post-test	7,20	2	10		
Sikap Siswa	Pre-test	26,09	18	40	15,518	0,000
	Post-test	26,71	18	38		
Motivasi Siswa	Pre-test	6,37	0	10	14,360	0,000
	Post-test	7,09	2	10		
Tindakan Siswa	Pre-test	27,17	16	38	38,995	0,000
	Post-test	27,26	13	36		

Pada variabel pengetahuan, hasil uji *Paired Sample T-Test* terhadap pengetahuan responden sebelum dan sesudah edukasi menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi intervensi rata-rata pengetahuan responden 6,34 yaitu banyak responden yang hanya mampu menjawab dengan 6 butir soal dengan benar. Setelah diberikan intervensi rata-rata pengetahuan responden bertambah menjadi 7 butir soal dengan benar. Uji statistik menunjukkan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05), maka H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengetahuan sesudah diberikan Buku Diari Giziku terhadap anak kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari tahun 2023.

Pada variabel sikap siswa, hasil uji *Paired Sample T-Test* terhadap sikap responden sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi intervensi rata-rata sikap responden 26,09. Setelah diberikan intervensi rata-rata sikap responden bertambah menjadi 26,71. Uji statistik menunjukkan nilai *t* hitung sebesar 15,518 dengan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05), maka H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sikap sesudah diberikan Buku Diari Giziku terhadap anak kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari tahun 2023.

Pada variabel motivasi, hasil uji *Paired Sample T-Test* terhadap motivasi responden sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi intervensi rata-rata motivasi responden 6,37 Setelah diberikan intervensi rata-rata motivasi responden bertambah menjadi 7,09. Uji statistik menunjukkan nilai t hitung sebesar 14,360 dengan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05), maka H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh motivasi sesudah diberikan Buku Diari Giziku terhadap anak kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari tahun 2023.

Pada variabel tindakan, hasil uji *Paired Sample T-Test* terhadap tindakan responden sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi intervensi rata-rata tindakan responden 27,17 Setelah diberikan intervensi rata-rata tindakan responden bertambah menjadi 27,26. Uji statistik menunjukkan nilai t hitung sebesar 38,995 dengan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05), maka H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh tindakan sesudah diberikan Buku Diari Giziku terhadap anak kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari tahun 2023.

Pembahasan

Pengaruh Edukasi Pendidikan Gizi melalui media Diari Giziku terhadap peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari

Berdasarkan data yang ditampilkan pada Tabel 2, sebelum diberikan penyuluhan menggunakan media buku diari giziku kepada 35 responden, rata-rata pengetahuan siswa pada pretest adalah 6,34, dan meningkat menjadi 7,20 setelah intervensi pada posttest. Nilai minimum pretest adalah 1, sedangkan posttest meningkat menjadi 2, dengan nilai maksimum pada kedua tes adalah 10. Terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan edukasi gizi melalui buku diari giziku, di mana mereka mulai memahami istilah seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral, serta mampu mengelompokkan zat gizi, misalnya mengetahui bahwa daging dan ikan merupakan sumber protein hewani. Penyuluhan dengan media buku diari giziku terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SDS IT AL Wahdah Kendari.

Pendidikan kesehatan adalah salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Pendidikan kesehatan dapat membantu orang atau masyarakat meningkatkan kesehatan dengan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku. Sesuai dengan batasan WHO (1954), pendidikan kesehatan dapat mengubah perilaku individu atau masyarakat dari perilaku yang tidak sehat menjadi perilaku yang sehat.

Hasil uji statistik Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 yang lebih kecil dari alpha 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan siswa setelah intervensi dengan buku diari giziku. Berkaitan dengan peningkatan rata-rata dan uji statistik yang diperoleh peneliti dari edukasi kesehatan dengan buku diari giziku, ditemukan penelitian yang serupa dimana dilakukan oleh (Annisa Fitryadi pada tahun 2019) untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Buku Cerita Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak. 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.

Pengaruh Edukasi Pendidikan Gizi melalui media Diari Giziku terhadap peningkatan Sikap Siswa Kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari

Hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata sikap responden saat pretest adalah 26,09, dan meningkat menjadi 26,71 setelah diberikan intervensi melalui media buku diari giziku pada posttest. Nilai minimum untuk pretest dan posttest adalah 18, sedangkan nilai maksimum pretest adalah 40 dan posttest adalah 38. Peningkatan sikap ini disebabkan oleh pengetahuan yang diperoleh responden, yang memberikan pemahaman serta keyakinan akan pentingnya menjaga asupan makanan sehat dan seimbang. Pendidikan adalah proses yang menggunakan strategi tertentu untuk memberi orang pengetahuan, pemahaman, dan cara bertindak yang sesuai dengan kebutuhan.

Pendidikan gizi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan menanamkan sikap positif terhadap makanan bergizi untuk membangun kebiasaan makan yang sehat (Marisa dan Nuryanto, 2014). Selain itu, Hariyadi dan Ekayani (2011) dalam indraswati (2019) menyatakan bahwa memenuhi kebutuhan gizi memerlukan pendidikan kesehatan untuk menumbuhkan perilaku positif. Ini adalah komponen penting dalam mendukung status kesehatan seseorang.

Uji statistik Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000, yang lebih kecil dari alpha 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan sikap signifikan setelah intervensi dengan media buku diari giziku. Edukasi kesehatan yang diberikan mampu memperkuat keyakinan responden untuk bersikap lebih baik dalam memilih makanan yang sehat dan seimbang. Pada awalnya, responden mulai menyadari dan memahami stimulus

mengenai masalah gizi, kemudian sikap positif mereka mulai terbentuk untuk mengikuti panduan gizi yang diberikan.

Ditemukan penelitian yang sama berkaitan dengan media buku bergambar yang dilakukan Saleh Ardiyanti Indri *et al.*, (2021), memperoleh hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui buku cerita bergambar terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang pencegahan covid-19. Penelitian Salis Fadhliah Khusnil *et al.*, (2023) menyatakan bahwa terdapat perubahan pengaruh sikap yang terjadi setelah pemberian media buku cerita bergambar. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa buku cerita bergambar berisi kisah-kisah yang relevan dengan kehidupan sehari-hari sehingga pembaca dapat menerapkan apa yang mereka pelajari dari buku tersebut.

Pengaruh Edukasi Pendidikan Gizi melalui media Diari Giziku terhadap peningkatan Motivasi Siswa Kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari

Hasil penelitian yang di tunjukkan pada tabel 2 diperoleh hasil rata-rata *pretest* motivasi responden sebesar 6,37 sedangkan *posttest* 7,09 dengan nilai minimum *pretest* 0 dan *posttest* 2 sedangkan nilai maksimum *pretest* dan *posttest* 10. Peningkatan motivasi diketahui karena faktor intrinsik dan ekstrinsik, ketika peneliti melakukan sesi tanya jawab yang dilakukan pada minggu ke empat setelah dilakukan intervensi responden mengaku mulai menerapkan makan makanan yang bergizi seimbang, motivasi tersebut terjadi karena responden sadar bahwa makanan sehat bisa membuat mereka lebih kuat dan lebih bertenaga (faktor intrinsik) dan ada juga responden yang termotivasi karena ada hadiah atau penghargaan yang diberikan jika mereka berhasil, responden termotivasi untuk menerapkan pola makan sehat (faktor ekstrinsik). Dalam penelitian marfuah *et al.*, (2016), mengatakan bahwa pengetahuan merupakan salah faktor yang dapat memunculkan motivasi intrinsik. Individu yang memiliki pengetahuan dalam bidang tertentu akan memiliki ketertarikan tersendiri terhadap hal-hal yang berkaitan dengan ketertarikan tersebut.

Menurut Notoatmojo (2007) salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah suatu proses yang menjembatani kesenjangan antara informasi dan tingkah laku kesehatan. Pendidikan kesehatan memotivasi seseorang untuk menerima informasi kesehatan dan berbuat sesuai dengan informasi tersebut agar mereka menjadi lebih tahu dan lebih sehat.

Uji statistik *Paired Sample T-Test* untuk melihat pengaruh media buku diari giziku dalam merubah motivasi menunjukkan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05) sehingga dapat disimpulkan adanya peningkatan motivasi sesudah diberikan media buku diari giziku terhadap responden. Berkaitan dengan rata-rata dan uji statistik yang diperoleh peneliti dari media buku diari giziku, ditemukan penelitian yang serupa yang berkaitan dengan buku cerita bergambar yang dilakukan oleh Emosda (2017) untuk melihat pengaruh penggunaan buku cerita bergambar tentang motivasi belajar, untuk pengujian dari uji hipotesis non parametik telah dihitung $Z_{hitung} = 1.96$, jika $\alpha = 0.05$, maka dengan $n = 21$ diperoleh nilai kritis 0.7734, sehingga $Z_{hitung} >$ dari Z_{tabel} dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan buku cerita bergambar terhadap motivasi belajar pada Siswa Kelas III SD 43/I Desa Selat Kecamatan Pelayung.

Pengaruh Edukasi Pendidikan Gizi melalui media Diari Giziku terhadap peningkatan Tindakan Siswa Kelas V di SDS IT AL Wahdah Kendari

Hasil penelitian pada tabel 2 dari data yang diperoleh hasil rata-rata tindakan responden saat *pretest* sebesar 27,17 dan setelah diberikan intervensi rata-rata tindakan responden saat *posttest* naik menjadi 27,26. Sedangkan nilai minimum *pretest* yaitu 16 dan nilai minimum *posttest* yaitu 13, sedangkan nilai maximum *pretest* yaitu 38 dan *posttest* yaitu 36. Adanya peningkatan tindakan bagi responden dikarenakan pengetahuan yang diperoleh mampu memberikan pemahaman dan keyakinan terhadap keperluan responden sebagai anak yang peduli terhadap makanan yang sehat dan seimbang. Penyuluhan gizi, juga dikenal sebagai pendidikan gizi, adalah metode edukatif yang bertujuan untuk mendorong tindakan yang diperlukan untuk meningkatkan status gizi dan pangan seseorang atau masyarakat (Claire, 2010) dalam Priawantiputri *et al*, (2019).

Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa perilaku terdiri dari semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku adalah tanggapan atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Siswa diharapkan dapat memahami pentingnya makanan dan gizi sehingga mereka dapat berperilaku dan bertindak sesuai dengan norma gizi. Ini akan dimulai dengan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku.

Uji statistik *Paired Sample T-Test* untuk melihat pengaruh media buku diari giziku dalam merubah sikap menunjukkan nilai *p-value* (0,000) < *alpha* (0,05) sehingga dapat disimpulkan adanya peningkatan sikap sesudah diberikan media buku diari giziku terhadap responden.

Menurut penelitian yang dilakukan Rohmatika *et al*, 2021 dengan uji wilcoxon test. yang hasilnya nilai $z = -2,828$ dan signifikansi $p = 0,005$ ($p > 0,050$) jadi dapat disimpulkan ada perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi pemberian buku saku PERKASA pada calon pengantin (Catin) untuk kesiapan menikah. Dengan demikian dapat disimpulkan secara statistik diyakini ada pengaruh pemberian buku saku PERKASA bagi catin terhadap kesiapan menikah calon pengantin

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, motivasi, dan tindakan siswa/siswi tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media buku diari giziku di SDS It Al Wahdah Kendari. Edukasi ini menyebabkan peningkatan pengetahuan, sikap, motivasi, dan tindakan siswa/siswi mengenai gizi seimbang setelah intervensi buku diari giziku.

Diharapkan pendidik di SDS It Al Wahdah memberikan penyuluhan gizi seimbang secara konsisten melalui program UKS, dan mereka dapat memberikan motivasi yang tinggi bagi siswanya untuk berperilaku gizi seimbang. Diharapkan siswa sekolah dasar dapat menerapkan pola makan gizi seimbang baik di rumah maupun di sekolah. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji variabel tambahan yang mungkin belum diteliti, seperti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pola makan yang sehat.

DAFTAR REFERENSI

- Amin Fadilah Nur, Garancang Sabaruddin, & Abunawas Kamaluddin. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Konteporer*, 14, 1–17.
- Arianti. (2019). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*, 12(2), 117–134.
- Citra Palupi, K.(2018). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. In *Jakarta Utara Jurnal Abdimas* (Vol. 5, Issue 1).
- Djafar, F. (2022). Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Pencegahan Penularan Covid-19 Anak Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Tatap Muka (PTM) diterapkan. *Skripsi. Universitas Hasanuddin. Masassar*.
- Dwi Winarsih, B., Fatmawati, Y., & Hartini, S. (2021). Hubungan Status Gizi dan Status Hidrasi dengan Fungsi Memori Jangka Pendek Anak Usia Sekolah *Correlation of Nutritional and Hydration Status and The Function of Short-Term Memory in School-Age Children* (Vol. 17, Issue Desember).

- Emosda, E. (2017). Pengaruh Penggunaan buku cerita bergambar terhadap motivasi belajar pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 2(2), 256-274.
- Ernawati, A. (2022). Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 18(2), 139–152. <https://doi.org/10.33658/jl.v18i2.324>
- Fauzan Abdillah Rasyid, M. (2021). Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT). <http://jurnalmedikahutama.com>
- Hendriani, A. D., & Hadi, E. N. (2020). Evaluasi Standar Promosi Kesehatan Rumah Sakit Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jukema (Jurnal Kesehatan Masyarakat Aceh)*, 6(1), 29–42. <https://doi.org/10.37598/jukema.v6i1.798>
- Hutagalung, M. S. (2021). Pengetahuan, sikap dan tindakan stroke dan tentang hipertensi sebagai faktor risiko stroke: Panduan lengkap stroke. Nusamedia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Salis, K. F., Pratama, K. N., & Anam, A. (2023). Pengaruh Media Cerita Bergambar terhadap Sikap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 637-644.
- Tomasoa, V. A., & Dese, D. C. (2021). Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 105–113.
- Weraman, Pius, Pelayanan Kesehatan Primer, And Kesehatan Masyarakat Pedesaan. 2024. "PRIMER." 7:9142–48.
- Widaningsih, And Ida Jalilah Fitria. 2023. "Efektivitas Dan Efisiensi Pelayanan Kesehatan Pada Puskesmas DTP Gununghalu." *Ekonomika45: Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi Bisnis, Kewirausahaan* 11(1):195–209.
- Witradharma, T. W., & Jumiyati, J. (2019). Efektifitas Media Cerita Bergambar (CERGAM) terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa PAUD/TK. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 193. <https://doi.org>
- Yulastini, F., Hidayati, D. U., & Fajriani, E. (2022). Promosi Kesehatan 1000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Perina Wilayah Kerja Puskesmas Bonjeruk. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1135.