

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU SEBAGAI
PANDUAN SEKALI MAKAN PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI SDN 27
BENGKULU TENGAH
TAHUN 2021**



DISUSUN OLEH :

**LIZA APRIYUNISA
NIM : P05130118023**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKES KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI D III GIZI
TAHUN 2021**

KARYA TULIS ILMIAH
PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI
TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU
SEBAGAI PANDUAN SEKALI MAKAN PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 27
BENGGKULU TENGAH
TAHUN 2021

Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Untuk
Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Gelar Diploma III Gizi

OLEH :

LIZA APRIYUNISA
NIM : P05130118023

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGGKULU
PRODI DIPLOMA III GIZI
2021

**HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI
TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU
SEBAGAI PANDUAN SEKALI MAKAN PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 27
BENGKULU TENGAH
TAHUN 2021**

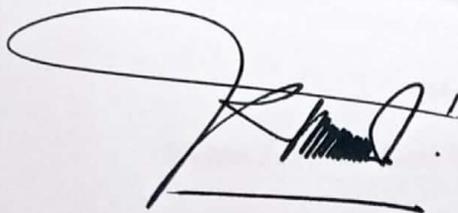
Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

LIZA APRIYUNISA
NIM: P0 5130118023

**Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk
Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jurusan Gizi
Pada Tanggal 18 Mei 2021**

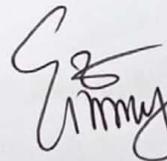
Oleh :
Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing I



Ahmad Rizal, SKM., MM
NIP.196303221985031006

Pembimbing II,



Emy Yuliantini, SKM., MPH
NIP.197502061998032001

**HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU SEBAGAI
PANDUAN SEKALI MAKAN PADA ANAK
USIA SEKOLAH DI SDN 27
BENGKULU TENGAH
TAHUN 2021**

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

LIZA APRIYUNISA
NIM: P0 5130118023

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan
Tim Penguji Politeknik Kesehatan Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal 18 Mei 2021
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Ketua Dewan Penguji

Dr. Meriwati, SKM., MKM
NIP.197205281997022003

Penguji I

Yunita, SKM., M.Gizi
NIP.197506261999032006

Penguji II

Emy Yuliantini, SKM., MPH
NIP.197502061998032001

Penguji III

Ahmad Rizal, SKM., MM
NIP.196303221985031006

Mengesahkan

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Anang Wahyudi, S.Gz., MPH
NIP.198210192006041002

BIODATA PENULIS



Nama Lengkap : Liza Apriyunisa
Tempat Tanggal Lahir : Bengkulu, 21 April 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak Ke : 1 dari 2 Bersaudara
Nama Saudara : Zahron Arsyad
Alamat : Jl. Raden Fatah No. 04 RT.06 RW.01
Kelurahan Sumur Dewa Kecamatan Selebar
Email : lizaapriyunisaww21@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Bahuri
Ibu : Elmi Susanti
Riwayat Pendidikan :
SD : SD Negeri 74 Kota Bengkulu
SMP : SMP Negeri 04 Kota Bengkulu
SMA : SMA Negeri 03 Kota Bengkulu
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Motto : *Learn From Yesterday, Live For Today and Hope
For Tomorrow*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya serta kemudahan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan Judul “Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 27 Bengkulu Tengah” sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi.

Penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Eliana, SKM., MPH sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu
2. Bapak Anang Wahyudi, S.Gz., MPH sebagai Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
3. Bapak Ahmad Rizal, SKM., MM sebagai Ketua Prodi DIII Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu sekaligus Pembimbing I dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Ini.
4. Ibu Emy Yuliantini, SKM., MPH sebagai dosen pembimbing II dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang telah berkenan meluangkan waktu dan tempat dalam proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Dr. Meriwati, SKM., MKM sebagai Ketua Dewan Penguji yang telah bersedia menjadi penguji pada pengerjaan KTI ini.
6. Ibu Yunita, SKM., M.Gizi sebagai Penguji I yang telah bersedia menjadi penguji pada pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Seluruh Sampel penelitian yaitu Siswa dan Siswi kelas 4 dan 5 SDN 27 Bengkulu Tengah.
8. Ibu Fera Widyanti, SST sebagai wali tingkat tiga Diploma III Gizi.
9. Orang tua tercinta Bapak (Bahuri) dan Ibu (Elmi Susanti) yang *always super awesome!* Selalu memberikan dukungan moril maupun materil yang tentunya tidak terbatas dan tidak terbalas.
10. Zahron Arsyad a.k.a Udin Brokoli, Adikku, Sahabatku, *My Support System*. Terimakasih sudah terus memberikan do'a dan dukungan untuk terus maju dan kuat dalam segala hal.
11. Friska a.k.a Ayuk sepupu, sahabat, teman curhat, *My Partner In Crime*. Terimakasih sudah mendukung dan terus menanyakan kapan Karya Tulis Ilmiah ini selesai, Alhamdulillah sekarang sudah bisa terjawab, Sekali lagi terimakasih *partner!*
12. Noni Rizki Saputri a.k.a Sahabat rasa saudara, Adik, *My 911*, Terimakasih selalu ada dalam masa-masa sulitku, selalu ada dalam masalah kecil maupun besar, selalu mendengarkan cerita dan keluhan yang tak bersudah. Terimakasih sudah menjadi bagian motivator yang sangat luar biasa.
13. Sahabat penghilang rasa jenuh, Tutik (Meli Astuti), Ayuk Lupii (Loupy Anggraini), Liyak (Lia Risisika), Jono (Tri Oktavia) dan mbak Wacek (Ni'matul Wachidah), teman sepermainan, teman sharing dan teman Menggila bersama. Terimakasih kalian, *Love You!*
14. Teman seperjuangan Fenti, Arma, Khori, Yola , dan Yuli yang sudah rela membantu pelaksanaan penelitian. Terimakasih!

15. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.*

Penulis menyadari bahwa penyusunan Tugas Akhir ini jauh dari kata sempurna, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca. Atas perhatian dan masukannya penulis mengucapkan terimakasih.

Bengkulu, 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR BAGAN	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Institusi Terkait	5
1.4.2 Bagi Akademik	5
1.4.3 Bagi Masyarakat	6
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Anak Usia Sekolah	8
2.1.1 Pengertian	8
2.1.2 Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah	8
2.1.3 Pertumbuhan Anak Usia Sekolah	14
2.1.4 Status Gizi Anak Usia Sekolah	17
2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	18
2.2 Isi Piringku	21
2.2.1 Pengertian Isi Piringku	21
2.2.2 Pesan Gizi Pada Isi Piringku	21
2.2.3 Porsi Isi Piringku	23
2.3 Edukasi	25
2.3.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan	25
2.3.2 Tujuan Edukasi	26
2.3.3 Media Edukasi	26
2.3.4 Media Audio Visual	26
2.4 Pengetahuan	27
2.4.1 Pengertian	27
2.4.2 Tingkatan Pengetahuan	27
2.4.3 Pengukuran Tingkat Pengetahuan	29
2.5 Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan AUS	29
2.6 Kerangka Teori	32

BAB III	METODE PENELITIAN	33
3.1	Desain Penelitian.....	33
3.2	Variabel Penelitian	34
3.3	Hipotesis Penelitian.....	34
3.4	Definisi Operasional.....	35
3.5	Populasi dan Sampel	35
3.5.1	Populasi	35
3.5.2	Sampel.....	35
3.6	Waktu dan Tempat Penelitian	37
3.7	Rencana Pengumpulan, Pengolahan dan Analisis Data.....	37
3.7.1	Pengumpulan Data	37
3.7.2	Pengolahan Data.....	38
3.7.3	Analisis Data	39
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	41
4.1	Keterbatasan Penelitian.....	41
4.2	Jalan Penelitian.....	41
4.3	Hasil Penelitian	42
4.3.1	Gambaran Pengetahuan Sebelum Edukasi.....	42
4.3.2	Gambaran Pengetahuan Sesudah Edukasi	43
4.3.3	Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah.....	44
4.4	Pembahasan.....	45
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	52
5.1	Kesimpulan	52
5.2	Saran.....	52
	DAFTAR PUSTAKA	53
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Kebutuhan Zat Gizi Makro dan Mikro Anak Sekolah.....	9
Tabel 2.2 Kelebihan dan Kekurangan Media Audio Visual	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 3.2 Proporsi Sampel	35
Tabel 4.1 Distribusi Item Pernyataan Pre-Test	42
Tabel 4.2 Gambaran Pengetahuan Sebelum Edukasi.....	42
Tabel 4.3 Distribusi Item Pernyataan Post-Test.....	43
Tabel 4.4 Gambaran Pengetahuan Sesudah Edukasi	44
Tabel 4.5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi	45

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	30
Bagan 3.1 Desain Penelitian	31
Bagan 3.2 Kerangka Konsep.....	32

**Prodi DIII Gizi, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Karya Tulis Ilmiah, Mei 2021**

Liza Apriyunisa

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU SEBAGAI PANDUAN
SEKALI MAKAN PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 27 BENGKULU
TENGAH TAHUN 2021**

Xiv + 55 Halaman, 10 Tabel, 3 Bagan, 9 Lampiran

ABSTRAK

Latar Balakang : Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu bentuk visual dari gizi seimbang adalah Isi Piringku. Visual Isi Piringku menggambarkan panduan makan sehat setiap sekali makan dengan 50% bagian sayuran dan sedangkan 50% lainnya berupa makanan pokok dan lauk pauk. Menurut Rahmy, dkk (2020) Anak sekolah merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Kelebihan gizi dan kekurangan gizi pada anak akan memberi dampak negatif terhadap potensi pertumbuhan ekonomi bangsa.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan pada anak usia sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra-eksperimen dengan rancangan *one group pretest – posttest*. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 36 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Quota Sampling* yang berarti pengambilan sampel dilakukan dengan cara menetapkan jumlah subjek yang akan diteliti, populasi akan dibagi kedalam beberapa kategori berbeda yang kemudian sampel akan diambil sesuai kuota dari masing-masing kelompok. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang. Setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan yaitu sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik. Berdasarkan Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan ada perbedaan pengaruh yang bermakna antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan media animasi (P Value = 0.000).

Kesimpulan : Ada pengaruh edukasi melalui media animasi terhadap pengetahuan anak usia sekolah yang telah diberikan edukasi menggunakan media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.

Kata Kunci : Isi Piringku, Pengetahuan, Media Animasi

Liza Apriyunisa

**THE EFFECT OF NUTRITIONAL EDUCATION WITH ANIMATION
MEDIA ON KNOWLEDGE ABOUT ISI PIRINGKU AS A ONE MEAL
GUIDE TO SCHOOL AGE CHILDREN AT SDN 27 BENGKULU
TENGAH, 2021**

Xiv + 55 Page, 10 Tables, 3 Charts, 9 Attachments

ABSTRACT

Background: Nutritional knowledge plays an important role in determining the degree of public health. Various nutritional and health problems can occur due to lack of knowledge about balanced nutrition. One visual form of balanced nutrition is Isi Piringku. Isi Piringku describes a guide to healthy eating every meal with 50% part of vegetables and while the other 50% in the form of staple foods and side dishes. According to Rahmy, et al (2020) School children are one of the vulnerable groups of nutrition. Overnutrition and malnutrition in children will have a negative impact on the nation's economic growth potential.

Purpose: This study aims to determine the influence of nutrition education with animated media on the knowledge of Isi Piringku as a one-meal guide for school-age children at SDN 27 Bengkulu Tengah.

Method : This study uses pre-experimental research design with one group pretest – posttest design. The samples in this study were 36 people. Sampling in this study using Quota Sampling technique which means sampling is done by setting the number of subjects to be studied, the population will be divided into several different categories which then the sample will be taken according to the quota of each group. Analyze data using wilcoxon Signed Ranks Test.

Result : The results showed that before being given education most respondents have less knowledge. After being given education there was an increase that most respondents had good knowledge. Based on Wilcoxon Signed Ranks Test showed there is a significant difference in influence between the knowledge of respondents before and after being given education using animation media (P Value = 0.000).

Conclusion: There is an influence of education through animation media on the knowledge of school-age children who have been given education using animation media at SDN 27 Bengkulu Tengah.

Keywords : Isi Piringku, Knowledge, Animation Media

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS) (Perusquia Ardon, 2020)

Anak sekolah merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Kelebihan gizi dan kekurangan gizi pada anak akan memberi dampak negatif terhadap potensi pertumbuhan ekonomi bangsa. Anak-anak yang kekurangan makanan bergizi akan tertinggal pertumbuhan fisik, mental dan intelektual. Banyak faktor yang mempengaruhi masalah gizi, asupan makanan yang kurang dan tingginya penyakit infeksi merupakan dua faktor penyebab langsung kurang gizi. Di samping itu faktor lainnya yang ikut berperan dalam masalah gizi seperti pengetahuan individu dan orang tua yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan higienis perorangan yang buruk, dan pelayanan kesehatan. Hal lain yang tak kalah penting adalah faktor budaya, ekonomi, pendidikan, politik dan gaya hidup yang juga mempunyai peran besar dalam terjadinya masalah gizi (Rahmy *et al.*, 2020)

Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013 menunjukkan prevalensi anak pendek di Indonesia pada usia 5-12 Tahun sebesar 30,7% (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek), secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun adalah 11,2% (4% sangat kurus dan 7,2% kurus), dan anak gemuk 18,8% (gemuk 10,8% dan sangat gemuk 8,8%) (Riskesdas Bengkulu Kemenkes RI, 2018)

Riskesdas Kota Bengkulu Tahun 2018 menunjukkan prevalensi anak pendek di Bengkulu Tengah pada usia 5-12 Tahun sebesar 19,77% (3,20% sangat pendek dan 16,57% pendek), prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun adalah 9,29% (2,75% sangat kurus dan 6,54% kurus), dan anak gemuk 16,26% (gemuk 10,42% dan obesitas 5,84%) (Riskesdas Bengkulu Kemenkes RI, 2018)

Upaya pemerintah dalam mencegah masalah gizi yang terjadi, salah satunya dengan sosialisasi pedoman gizi seimbang yang dapat dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan ideal. Salah satu bentuk visual dari gizi seimbang adalah Isi Piringku. Visual Isi Piringku menggambarkan panduan makan sehat setiap sekali makan dengan 50% bagian sayuran dan sedangkan 50% lainnya berupa makanan pokok dan lauk pauk (Ronitawati *et al.*, 2020).

Pemilihan media yang tepat untuk pendidikan gizi juga sangat berpengaruh terhadap minat anak-anak dalam menerima materi yang disampaikan. Salah satu media yang dapat digunakan untuk pendidikan gizi adalah video. Penelitian dari Hanifah (2015) tentang gizi seimbang menggunakan media video menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 84,8% dari sebelum diberikan pendidikan gizi yaitu 66,7%. Penelitian Cahyono (2015) terkait pengetahuan siswi tentang anemia dengan menggunakan media animasi juga menunjukkan rata – rata peningkatan pengetahuan yang signifikan terhadap pengetahuan siswi sebelum dan sesudah di berikan intervensi yaitu dari 63,73% menjadi 73,5%.

Media animasi merupakan media yang berisi penggabungan unsur-unsur seperti gambar, audio, teks, grafik dan suara yang diolah sedemikian rupa sehingga menghasilkan satu kesatuan yang menyimpan pesan-pesan pembelajaran. Media animasi pembelajaran merupakan bahan ajar yang dapat digunakan kapan saja untuk menyampaikan materi dan memiliki kemampuan untuk memaparkan suatu yang rumit atau kompleks serta sulit dijelaskan dengan hanya gambar atau kata-kata saja. Dengan kemampuan ini maka media animasi merupakan bahan ajar non cetak yang kaya informasi dan lugas karena dapat ditampilkan secara langsung (Lingga, 2015).

Dari hasil survei penelitian awal yang telah dilakukan di SDN 27 Bengkulu Tengah pada bulan November Tahun 2020 mengenai tingkat pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan terhadap 10 orang responden didapatkan hasil 8 orang (80%) responden dengan

tingkat pengetahuan kurang dan 2 orang (20%) responden dengan tingkat pengetahuan cukup.

Dari uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai peningkatan pengetahuan anak mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan. Penelitian dilakukan dengan memberikan pendidikan gizi dengan menggunakan media animasi dalam meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah (AUS) di SDN 27 Bengkulu Tengah.

1.2 Rumusan Masalah

Menurut survei penelitian didapatkan hasil masih rendahnya tingkat pengetahuan anak tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan di SDN 27 Bengkulu Tengah. Tingkat pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan terjadinya berbagai masalah gizi dan kesehatan seperti kelebihan gizi dan kekurangan gizi pada anak yang akan memberi dampak negatif terhadap potensi pertumbuhan ekonomi bangsa.

Berdasarkan hal diatas maka rumusan masalahnya yaitu “ Apakah ada pengaruh pendidikan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan pada anak usia sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah?”.

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum :

Diketahui pengaruh pendidikan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan pada anak usia sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah.

b. Tujuan Khusus :

1. Diketahui gambaran pengetahuan anak sebelum diberi edukasi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan melalui media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.
2. Diketahui gambaran pengetahuan anak sesudah diberi edukasi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan melalui media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.
3. Diketahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi melalui media animasi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan sesudah diberi edukasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.

1.4 Manfaat Penelitian

14.1 Bagi Anak Sekolah

Memberikan pengetahuan kepada anak usia sekolah mengenai informasi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan melalui media animasi dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

1.4.2 Bagi Akademik

Dengan diketahui pengaruh edukasi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan melalui media animasi akan menjadi informasi bagi mahasiswa Jurusan Gizi untuk dapat memberikan penyuluhan.

1.4.3 Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman langsung dalam menerapkan edukasi mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan melalui media animasi dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi peneliti selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Efektivitas Media Promosi “Piring Makanku” Pedoman Gizi Seimbang Sebagai Panduan Sekali Makan (Pratama, Zulkarnain and Ririanty, 2018)	Penelitian kuantitatif semi eksperimental menggunakan wawancara dengan pretest dan posttest	Media “Piring Makanku” efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik terhadap gizi seimbang.
2.	Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Makanan Bergizi, Seimbang Dan Aman Bagi Siswa SD 08 Cilandak Barat Jakarta Selatan Tahun 2017 (Dewi Haris, 2018)	Penelitian kuasi eksperimental dengan menggunakan rancangan one group pre- and post-test.	Ada perbedaan pengetahuan dan sikap siswa SD tentang gizi sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan dengan media animasi
3.	Pengaruh Penggunaan Media Komik “Isi Piringku” Sebagai Media Edukasi Terhadap Pengrtahaun Dan Sikap Tentang Isi Piringku Pada Siswa	Quasi experiment dengan desain penelitian pre post test with control group design	Ada pengaruh pemberian media komik terhadap pengetahuan dan sikap tentang Isi Piringku pada siswa SD

	Sekolah Dasar (Adiba <i>et al.</i> , 2020)		
4.	Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat (Lingga, 2015)	Quasi experiment dengan menggunakan rancangan one group pretestposttest	Ada pengaruh pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan gizi seimbang.
5.	Perbedaan Pengetahuan Gizi Seimbang Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Dengan Video Animasi (Perusquia Ardon, 2020)	Quasi experiment dengan rancangan one group pretest posttest	Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi.
6.	Peningkatan Gizi Anak Sekolah Dengan Gerakan Isi Piringku (Yani Veronica <i>et al.</i> , 2019)	Survey, wawancara, penyuluhan, pretest posttest, intervensi	hampir semua siswa (93,02%) memiliki pengetahuan baik setelah diberi penyuluhan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anak Usia Sekolah

2.1.1 Pengertian

Anak usia sekolah merupakan anak yang sedang berada pada periode usia pertengahan yaitu anak yang berusia 6-12 tahun (Santrock, 2008), sedangkan menurut Yusuf (2011) anak usia sekolah merupakan anak usia 6-12 tahun yang sudah dapat mereaksikan rangsang intelektual atau melaksanakan tugas-tugas belajar yang menuntut kemampuan intelektual atau kemampuan kognitif (seperti: membaca, menulis, dan menghitung) (Supariasa, 2016)

2.1.2 Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Kebutuhan zat gizi anak sekolah mempunyai beberapa manfaat yaitu untuk proses kehidupan, untuk proses pertumbuhan dan juga perkembangan kognitif anak, oleh sebab itu anak memerlukan zat gizi makro meliputi karbohidrat, protein lemak dan zat gizi mikro meliputi vitamin dan mineral. Umumnya pada anak usia sekolah gigi susu tanggal secara berangsur dan diganti dengan gigi permanen. Anak juga sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai. Kebutuhan energi lebih besar karena mereka lebih banyak melakukan aktivitas fisik (Supariasa, 2016).

Angka Kecukupan Gizi (AKG) dapat dijadikan acuan untuk perbaikan asupan makan yang dianalisis secara individual maupun kelompok. AKG ini di antaranya dapat dipengaruhi oleh usia, jenis

kelamin dan faktor infeksi. Beberapa zat gizi yang diperlukan anak usia sekolah sesuai AKG dapat dilihat pada Tabel.

Tabel 2.1 Kebutuhan Zat Gizi Makro dan Mikro Anak Sekolah

Zat Gizi	Usia 7-9 Tahun	Usia 10-12 Tahun	
		Laki-Laki	Perempuan
Energi (kcal)	1600-1850	2100	2000
Protein (g)	35-49	58	60
Karbohidrat (g)	220-254	299	275
Lemak (g)	62-72	70	67
Vitamin A (mcg)	450-500	600	600
Vitamin C (mcg)	45	50	50
Vitamin B1 (mcg)	0,8-0,9	1,1	1,0
Besi (mg)	8-9	13	20
Zink (mg)	5-11	14	13
Yodium (mcg)	120	120	120

Sumber : AKG, 2013

1. Energi

Aktivitas fisik memerlukan energi di luar kebutuhan untuk metabolisme basal. Aktivitas fisik adalah gerakan yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya. Selama aktivitas fisik berlangsung, otot membutuhkan energi di luar metabolisme untuk bergerak, sedangkan jantung dan paru-paru memerlukan energi tambahan untuk mengantarkan zat-zat gizi dan oksigen ke seluruh tubuh serta mengeluarkan sisa-sisa dari tubuh.

Penggunaan energi di luar AMB (Angka Metabolisme Basal) bagi bayi dan anak selama masa pertumbuhan adalah untuk bermain dan sebagainya. Besar kecilnya angka kecukupan energi sangat dipengaruhi oleh intensitas kegiatan jasmani tersebut.

Sumber energi berkonsentrasi tinggi adalah bahan makanan sumber lemak, seperti lemak dan minyak, kacang-kacangan dan biji-bijian. Setelah itu bahan makanan sumber karbohidrat seperti padi-padian, umbi-umbian dan gula murni. Semua makanan yang dibuat dari bahan makanan tersebut merupakan sumber energi.

2. Protein

Protein merupakan zat gizi makro yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi di dalam tubuh. Protein dapat ditemukan di seluruh tubuh, lebih dari 40% protein terdapat di dalam otot, lebih dari 25% terdapat di dalam organ tubuh, dan sisanya banyak terdapat pada kulit dan jaringan lain termasuk pada darah (Hechavarria, Rodney, Lopez, 2013)

Recommended Dietary Allowance (RDA) protein untuk orang dewasa adalah 0,8 g protein per kg berat badan per hari, sedangkan kebutuhan protein untuk anak lebih tinggi dari orang dewasa karena anak-anak sedang dalam masa pertumbuhan. Jumlah konsumsi protein dalam satuan g/kg berat badan yang diperlukan anak-anak pada usia sekolah adalah 1,2 g/kg berat badan per hari untuk anak berusia 7-10 tahun sedangkan untuk yang berusia 11-14 tahun adalah 1,0 g/kg berat badan per hari (Supariasa, 2016).

3. Lemak

Sumber lemak terdiri dari lemak nabati dan lemak hewani.

Sumber lemak nabati yaitu yang mengandung asam lemak tak jenuh, dalam suhu kamar berbentuk cair disebut minyak.

Sedangkan sumber lemak hewani yaitu mengandung asam lemak jenuh dan dalam suhu kamar berbentuk padat. Fungsi lemak yaitu sebagai cadangan energi dalam bentuk jaringan lemak.

Sedangkan menurut Salmah, Sjarifah (2013) fungsi lemak yaitu menghasilkan kalori terbesar dalam tubuh manusia, pelarut vitamin ADEK, dan pelindung tubuh pada temperature rendah.

4. Karbohidrat

Terdapat tiga jenis karbohidrat antara lain monosakarida, disakarida, dan polisakarida. Sumber karbohidrat terdiri dari karbohidrat nabati dan karbohidrat hewani. Yang termasuk dalam karbohidrat nabati yaitu pisang, sawo, beras, akar, umbi, sagu dan kacang-kacangan. Sementara sumber karbohidrat hewani terdiri dari otot daging dan hati. Karbohidrat merupakan sumber utama energi yang paling murah.

5. Vitamin

Vitamin merupakan zat organik yang harus tersedia dalam jumlah yang sedikit karena vitamin tidak dapat disintesis pada makhluk hidup. Vitamin diklasifikasikan baik sebagai vitamin larut lemak (vitamin A, D, E, K) atau vitamin larut air (vitamin B kompleks dan vitamin C). Vitamin tidak menyediakan energi

atau bahan pembangun untuk jaringan dan organ tubuh. Vitamin berperan sebagai partisipan dalam proses katalitik (sebagai koenzim) dan pengatur proses metabolik. Vitamin dibutuhkan tubuh dalam jumlah tertentu. Dapat menimbulkan gejala-gejala merugikan bila terlalu banyak atau kekurangan konsumsi vitamin.

6. Mineral

Mineral dapat ditemukan sebanyak 4% didalam tubuh. Terdapat dua kelompok mineral, yaitu mineral makro (terdapat dalam jumlah yang relatif besar) yang berfungsi sebagai bagian penting dari struktur sel dan jaringan dan mineral mikro (terdapat dalam jumlah yang relatif sedikit).

a. Kalsium

Kalsium merupakan mineral yang paling banyak terdapat di dalam tubuh, yaitu 1,5-2% dari berat badan orang dewasa atau lebih kurang sebanyak 1 kg dan jumlah ini 99% berada dalam jaringan keras, yaitu tulang dan gigi. Semakin tinggi kebutuhan dan semakin rendah persediaan kalsium dalam tubuh semakin efisien absorpsi kalsium. Peningkatan kebutuhan terjadi pada masa pertumbuhan khususnya pada anak usia sekolah dan remaja, kehamilan, menyusui, defisiensi kalsium dan tingkat aktifitas fisik yang meningkatkan densitas tulang. Kalsium mempunyai

berbagai fungsi dalam tubuh yaitu dalam pembentukan tulang dan gigi.

Angka kecukupan rata-rata sehari untuk kalsium bagi orang Indonesia ditetapkan oleh Widyakarya Pangan dan Gizi LIPI (1998) untuk anak-anak 500 mg dan remaja 600-700 mg. Sumber kalsium utama adalah susu dan hasil olahannya, seperti keju. Ikan dimakan dengan tulang, termasuk ikan kering merupakan sumber kalsium yang baik. Sereal, kacang-kacangan dan hasil olahannya seperti tahu dan tempe, sayuran hijau juga merupakan sumber kalsium yang baik

b. Besi

Besi berfungsi sebagai cadangan untuk memproduksi hemoglobin. Kekurangan besi dapat menurunkan kekebalan tubuh sehingga sangat peka terhadap serangan bibit penyakit. Penelitian di Indonesia menunjukkan terjadi peningkatan prestasi belajar pada anak-anak sekolah dasar bila diberi suplemen besi. Besi memegang peranan dalam sistem kekebalan tubuh. Angka kecukupan besi untuk anak sekolah adalah 10 mg.

Sumber besi adalah makanan hewani seperti daging, ayam dan ikan. Sumber baik lainnya adalah telur, sereal, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan beberapa jenis buah.

c. Yodium

Yodium berfungsi sebagai bagian dari tirosin dan senyawa lain yang disintesis oleh kelenjar tiroid. Tubuh mengandung sekitar 25 mg yodium, dimana sepertiganya terdapat dalam kelenjar tiroid. Fungsinya adalah mengontrol transduksi energi seluler.

Kebutuhan yodium sehari-hari sekitar 1-2 $\mu\text{g}/\text{kg}$ berat badan. Widyakarya Pangan dan Gizi LIPI (1998) menganjurkan angka kecukupan gizi yodium untuk anak sekolah 70-120 μg . Sumber yodium yang utama yaitu makanan laut berupa ikan, udang dan kerang serta ganggang laut.

7. Cairan dan Elektrolit

Kurang lebih 60% berat badan manusia terdiri dari cairan, yang terdiri dari cairan ekstraseluler dan intraseluler. Air merupakan nutrient esensial karena tubuh tidak dapat menghasilkan jumlah air sebanyak yang dibutuhkannya. Elektrolit terdiri dari natrium, klorida, dan kalium. Natrium berfungsi sebagai kation ekstraseluler utama dan sangat bertanggung jawab untuk mengatur keseimbangan cairan.

2.1.3 Pertumbuhan Anak Usia Sekolah

a. Pertumbuhan Berat dan Tinggi

Pada usia sekolah terjadi penambahan tinggi badan sekitar 5-6 cm, sedangkan penambahan berat badan sekitar 1,4-2,7 kg

per tahun. Ukuran tubuh laki-laki dan perempuan dapat dikatakan sebanding sampai usia 9-10 tahun, ketika anak-anak perempuan mulai bertumbuh secara cepat, terjadi penambahan ukuran kaki yang menjadi indikator dimulainya masa pertumbuhan. Rata-rata anak perempuan lebih tinggi dan lebih berat daripada anak laki-laki di usia 13 tahun. Pertumbuhan laki-laki berlangsung cepat saat memasuki usia 12 hingga 16 tahun.

b. Proporsi Tubuh

Pertumbuhan kaki mencapai 66% dari peningkatan tinggi badan hingga memasuki usia remaja. Kemajuan peningkatan postur tubuh mudah diamati. Gigi tetap, kecuali geraham belakang urutan kedua dan ketiga, mulai tumbuh di usia 11 atau 12 tahun; disertai dengan resiko besar terbentuknya lubang gigi pada usia ini.

c. Sistem Internal dan Jaringan

1) Otot dan Lemak

Anak laki-laki memiliki lebih banyak jaringan otot daripada anak perempuan. Baik laki-laki maupun perempuan mengalami peningkatan kekuatan yang dimiliki menjadi dua kali lipat. Namun otot masih rentan terhadap cedera karena belum benar-benar matang pertumbuhannya. Bila kebiasaan makan diantara kedua jenis kelamin tidak memiliki perbedaan yang signifikan

maka akumulasi lemak tubuhnya pun hampir sama. Perkembangan jantung berjalan lambat dan secara proposional lebih kecil dibanding dengan pada usia lain.

2) Rangka Tubuh

Pertumbuhan tulang terkonsentrasi di kaki, lengan, dan wajah. Pada masa ini terdapat fleksibilitas otot karena ligamen (ikatan sendi tulang) yang mengikat belum begitu kuat dan masih banyak celah diantara tulang. Proses penulangan (osifikasi) masih terus terjadi.

3) Otak

Perkembangan otak dan kepala berjalan lambat dan akan mencapai kesempurnaan pada usia 10 atau 12 tahun.

4) Sistem Lainnya

Sistem pencernaan (Gastrointestinal) telah dewasa dan terjadi peningkatan kapasitas lambung. Sementara itu paru- paru masih terus berkembang, dengan lebih sedikit pernafasan perut yang digunakan. Hal itu ditandai dengan kapasitas paru- paru yang meningkat namun laju pernafasan menurun. Kontrol perut dan kandung kemih telah berkembang dengan baik, kapasitas kandung kemih lebih besar pada anak perempuan daripada anak lelaki.

d. Kebutuhan Gizi

Dasar kebutuhan energi dan kebutuhan gizi anak-anak sama seperti kebutuhannya saat muda hanya kuantitasnya saja yang meningkat untuk memenuhi kebutuhannya yang juga besar. Proporsi asupan energi yang disarankan yaitu 50%-60% karbohidrat, 25-35% lemak, dan 10-15% protein (Widanti, 2017).

2.1.4 Status Gizi Anak Sekolah

Anak usia sekolah mempunyai laju pertumbuhan fisik yang lambat tetapi konsisten. Anak-anak pada periode usia ini tetap mempunyai dorongan pertumbuhan yang biasanya bertepatan dengan periode peningkatan masukan dan nafsu makan. Ketika memasuki periode pertumbuhan yang lebih lambat, masukan dan nafsu makan anak juga akan berkurang. Pola konsumsi makanan dan asupan zat gizi anak pada usia selanjutnya terbentuk dari kebiasaan makan yang terbentuk pada usia ini, serta jenis makanan yang disukai dan tidak disukai (Sulistyoningsih, 2011).

Status gizi merupakan suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizinya. Apabila tubuh seseorang mendapatkan zat gizi yang cukup dan digunakan secara efisien maka status gizi orang tersebut dapat dikatakan optimal atau normal. Selain itu, status gizi optimal atau normal dapat terjadi karena seimbang antara konsumsi makanan dengan pengeluarannya. Akan tetapi apabila keadaan tersebut tidak dapat terjadi, maka akan

menyebabkan masalah gizi seperti gizi kurang maupun gizi lebih. Salah satu kelompok umur yang sangat rentan mengalami permasalahan gizi dan kesehatan adalah anak usia sekolah, hal tersebut dikarenakan pada usia sekolah terjadi perkembangan tulang, gigi, otot, darah sehingga mereka membutuhkan lebih banyak asupan gizi dibandingkan kelompok dewasa (Anugraheni and Mulyana, 2019)

2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

Faktor-faktor yang mempengaruhi nutrisi antara lain perkembangan (individu yang sedang dalam masa pertumbuhan cepat memiliki kebutuhan zat gizi yang meningkat), jenis kelamin (kebutuhan zat gizi pria dan wanita berbeda karena komposisi tubuh dan fungsi reproduksi), etnis dan budaya (etnik sering kali menentukan pilihan makanan), keyakinan mengenai makanan (keyakinan tentang efek makanan pada kesehatan dapat mempengaruhi pilihan makanan), pilihan pribadi (individu mengembangkan kesukaan dan ketidaksukaannya berdasarkan asosiasinya dengan makanan tertentu), praktik keagamaan (praktik keadamaan juga mempengaruhi diet), gaya hidup (dikaitkan dengan perilaku makan), medikasi dan terapi (efek obat-obatan pada nutrisi sangat variatif seperti mengganggu nafsu makan), dan kesehatan (status kesehatan individu sangat mempengaruhi kebiasaan makan dan status nutrisi) (Hechavarria, Rodney, Lopez, 2013).

Sementara itu, terdapat dua faktor yang mempengaruhi gizi yaitu :

1. Faktor internal

a) Usia

Usia merupakan faktor penting yang berkaitan dengan asupan gizi, karena standar asupan gizi akan disesuaikan dengan tingkatan usia

b) Kondisi Fisik

Kondisi fisik, sumber daya manusia yang sedang sakit, dalam proses penyembuhan, lanjut usia, akan membutuhkan asupan gizi yang khusus karena kondisi kesehatan yang tidak stabil. Oleh karena itu, bayi dan anak yang sedang tidak sehat sangat rawan mengalami kekurangan gizi sehingga membutuhkan asupan gizi khusus untuk proses penyembuhan

c) Infeksi

Adanya infeksi gizi dapat terjadi akibat adanya kontaminasi makanan oleh bibit atau agent penyakit dan terjadinya proses pembusukan. Makanan yang terkontaminasi yaitu makanan yang mengandung toksin atau bakteri dan makanan yang rusak sehingga menyebabkan keracunan pencernaan.

2. Faktor Eksternal

a) Pendapatan

Pendapatan berkaitan dengan faktor ekonomi dan daya beli untuk memenuhi kebutuhan akan gizi sebagai salah satu kebutuhan dasar manusia.

b) Pendidikan

Pendidikan berkaitan dengan pemenuhan gizi, merupakan proses merubah perilaku, pengetahuan dan sikap keluarga atau masyarakat untuk mewujudkan gizi seimbang.

c) Pekerjaan

Produktifnya keluarga akan mendukung kehidupan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi yang baik untuk anggota keluarganya.

d) Budaya

Kata “Budaya” berasal dari Bahasa Sanskerta “Buddhaya”, yakni bentuk jamak dari “Budhi” (akal). Jadi, budaya adalah segala hal yang bersangkutan dengan akal. Selain itu kata budaya juga berarti “budi dan daya” atau daya dari budi. Jadi budaya adalah segala daya dari budi, yakni cipta, rasa dan karsa. Budaya merupakan salah satu pengaruh dalam kebiasaan berperilaku (Gunawan, 2009)

2.2 Isi Piringku

2.2.1 Pengertian Isi Piringku

Isi Piringku adalah iklan layanan masyarakat yang membahas tentang menu makanan sehat yang bertujuan untuk mengingatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya mengkonsumsi makanan sehat. Isi piringku menggambarkan tentang makanan yang sehat dan seimbang, berawal dari slogan 4 sehat 5 sempurna yang tidak dapat mencukupi kebutuhan sehingga dilengkapi atau ditransformasikan dengan pedoman gizi seimbang dengan 10 pesan dasar (Betty Yosephin Simanjuntak, 2020)

Menurut Permenkes RI No. 41 Tahun 2014, piring makanku sajian sekali makan, dimaksudkan sebagai panduan yang menunjukkan sajian makanan dan minuman pada setiap kali makan (misal sarapan, makan siang dan makan malam). Visual Piring Makanku ini menggambarkan anjuran makan sehat dimana separuh (50%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah dengan proporsi $\frac{1}{3}$ bagian buah-buahan, $\frac{2}{3}$ sayuran dan separuh (50%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk dengan proporsi $\frac{1}{3}$ lauk pauk dan $\frac{2}{3}$ makanan pokok (Senez Gagnon *et al.*, 2014)

2.2.2 Pesan Gizi Pada Isi Piringku

Pedoman gizi seimbang saat ini difokuskan pada empat hal yaitu makanan beraneka ragam, minum air putih minimal 8 gelas sehari, aktivitas fisik juga menimbang tinggi dan berat badan, serta

dilengkapi dengan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Panduan yang menunjukkan sajian makanan dan minuman pada setiap kali makan (misalnya sarapan, makan siang, makan malam). Visual piring makananku ini menggambarkan anjuran makan sehat dimana separuh (50%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah dan separuh (50%) lagi makanan pokok dan lauk pauk. Piring makanku juga menganjurkan makan porsi sayuran harus lebih banyak dari porsi buah, dan porsi makanan pokok lebih banyak dari lauk pauk (Pane, Fikri and Ritonga, 2018).

Dalam 1 piring makan, $\frac{2}{3}$ bagian dari setengah piring masing-masing untuk makanan pokok dan untuk sayuran, $\frac{1}{3}$ bagian dari setengah piring masing-masing untuk lauk-pauk dan untuk buah. Dalam satu hari dianjurkan untuk makan sumber karbohidrat 3-4 porsi, sayur 3-4 porsi, buah 2-3 porsi, protein hewani dan nabati 2-4 porsi (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Piring makanku juga menganjurkan perlu minum setiap kali makan, bisa sebelum, ketika atau setelah makan. Meskipun gambar gelas hanya satu buah dalam visual ini, tidak berarti bahwa minum dalam satu kali makan hanya satu gelas, bisa saja disesuaikan dengan kebutuhan, misalnya segelas sebelum makan dan segelas lagi setelah makan. Makan dan minum tidak ada artinya bila tidak bersih dan aman termasuk tangan dan peralatan makan. Oleh karena itu sejalan dengan prinsip gizi seimbang makan dalam visual Piring Makanku juga dianjurkan untuk cuci tangan sebelum dan sesudah makan.

2.2.3 Porsi Isi Piringku

a. Makanan Pokok

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di Dunia yang didalamnya terdiri dari berbagai macam ras, suku, bahasa dan adat istiadat yang berbeda. Makanan pokok adalah pangan yang mengandung karbohidrat yang sering dikonsumsi atau telah menjadi bagian dari budaya makan berbagai etnik di Indonesia sejak lama. Makanan pokok beragam sesuai dengan keadaan tempat dan budaya serta kearifan lokal.

Porsi makanan pokok dalam isi piringku :

Makanan pokok : nasi dan penukarnya

150 gr nasi = 3 centong nasi

= 3 buah sedang kentang (300 gram)

= 1,5 gelas mie kering (75 gram)

b. Lauk Pauk

Lauk pauk terdiri dari pangan sumber protein hewani dan pangan sumber protein nabati. Sumber pangan protein hewani dan nabati masing-masing mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan. Lauk hewani mempunyai asam amino yang lebih lengkap dan mudah diserap tubuh. Kekurangannya, jumlah kolesterol dan lemaknya lebih tinggi serta harganya relatif mahal. Biasanya kandungan kolesterol dan lemak jenuh yang tinggi sering ditemui pada daging dan sedikit pada ikan. Anak-anak masih memerlukan kedua zat tersebut untuk pertumbuhan tapi akan

berakibat tidak baik pada orang dewasa. Bahan pangan protein nabati mempunyai keunggulan dibanding hewani karena kandungan lemak tak jenuhnya lebih tinggi daripada bahan pangan hewani. Namun, kekurangan bahan pangan nabati yaitu kurangnya higienis-nya proses pembuatan lauk pauk yang berasal dari kacang-kacangan yang dapat mempengaruhi kualitas lauk-pauk yang akan dikonsumsi.

Kebutuhan lauk pauk berdasarkan isi piringku :

Lauk hewani, 75 gr ikan = 2 ptg ayam tanpa kulit (80 gram)
= 1 butir telur ayam (55 gram)
= 2 ptg daging sapi sedang (70 gram)

Lauk nabati, 100 gr tahu = 2 ptg sedang tempe (50 gram)

c. Buah-buahan

Buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral dan serat pangan. Sebagian vitamin dan mineral yang terkandung dalam buah-buahan berperan sebagai anti oksidan. Manfaat buah-buahan untuk tubuh sangat banyak dan beragam yaitu, sumber vitamin, sumber air dan gizi, sumber antioksidan, mencegah penyakit tertentu dan sebagai obat luar tubuh.

Kebutuhan konsumsi buah berdasarkan isi piringku :

Pepaya 150 gram = 2 potong sedang
= 2 buah jeruk sedang (110 gram)
= 1 bh kecil pisang ambon (50 gram)

d. Sayur-sayuran

Sayuran merupakan salah satu makanan penting untuk tubuh manusia selain buah- buahan, karbohidrat, dan protein. Sayur-sayuran berupa bagian dari tanaman seperti daun, tangkai daun, kuncup, bunga, batang, akar, ubi, dan buah. Sayuran merupakan sumber utama vitamin, mineral, dan fitokimia yang mengandung serat makanan yang baik untuk kesehatan. Manfaat yang terkandung dalam sayuran antara lain, mencegah dan mengurangi stress berlebih, mencegah penyakit jantung dan kanker, sumber energi bagi tubuh, membersihkan racun dalam tubuh, menjaga kesehatan mata, memperkuat tulang, dan mencegah kelahiran bayi cacat.

Kebutuhan sayuran berdasarkan isi piringku:

Sayuran = 1 mangkok sedang (150 gram)

2.3 Pendidikan (Edukasi)

2.3.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan merupakan sebuah intervensi terhadap perilaku yang dilakukan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat yang bertujuan untuk mengubah perilaku sasaran sehingga dapat melakukan seperti yang diharapkan oleh pelaku pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk membentuk perilaku positif dalam memelihara, mempertahankan, ataupun meningkatkan keadaan yang baik untuk mencapai derajat kesehatan optimal (Sulistyoningsih, 2011).

2.3.2 Tujuan Pendidikan (Edukasi)

Tujuan utama pendidikan kesehatan menurut Undang-Undang Kesehatan No.23 Tahun 1992 adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan baik secara fisik, mental dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial

2.3.3 Media Pendidikan (Edukasi)

Media pendidikan merupakan salah satu pendukung yang efektif dalam terjadinya proses belajar. Media adalah alat yang mempunyai fungsi menyampaikan pesan. Sedangkan alat bantu yang sering digunakan antara lain alat bantu lihat (visual), alat bantu dengar (audio) atau alat bantu dengar dan lihat (audio visual) serta alat bantu dengan media tulis seperti poster, leaflet, booklet, lembar balik, flipchart (Umar, 2014)

2.3.4 Media Audio Visual

Media audio visual adalah media yang digunakan sebagai perantara untuk menyampaikan atau menyebarkan informasi sehingga informasi yang dikemukakan dapat sampai kepada sasaran. Media audio visual yaitu jenis media yang mengandung unsur suara dan juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat seperti rekaman video, berbagai ukuran film, slide suara dan lain sebagainya (Herdiana, 2013)

Tabel 2.2 Kelebihan dan kekurangan media audio visual (video)

Kelebihan	Kekurangan
Video edukasi akan lebih jelas maknanya sehingga lebih mudah dipahami dan video edukasi dapat dimanfaatkan oleh masyarakat luas	Hanya dapat dipergunakan dengan bantuan media komputer dan memerlukan bantuan proyektor dan speaker saat digunakan pada proses edukasi.
Proses penyampaian akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata. Video juga dapat dipakai dalam jangka waktu yang panjang dan kapan pun jika materi yang terdapat dalam video ini masih relevan dengan materi yang ada.	Media audio visual memerlukan waktu yang cukup panjang pada proses pembuatan sampai terciptanya video edukasi
Media pembelajaran yang simpel dan menyenangkan sehingga meningkatkan motivasi belajar.	Memerlukan biaya yang cukup besar untuk keperluan pembuatan video edukasi.

2.4 Pengetahuan

2.4.1 Pengertian Pengetahuan

Menurut (Notoadmojo, 2010) dalam (Hendrawan, 2019) Pengetahuan adalah hasil “tahu” setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra, yaitu indra pendengaran, penglihatan, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Hendrawan, 2019)

2.4.2 Tingkatan Pengetahuan

Menurut (Notoadmojo, 2010) pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk suatu tindakan seseorang. Pengetahuan didalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu :

a. Tahu/*Know*

Tahu diartikan sebagai mengingat sebuah materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tingkat ini merupakan tingkatan untuk mengingat kembali sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang telah diterima sebelumnya. Oleh sebab itu, tahu ini adalah tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

b. Memahami/*Komprehension*

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan yang menjelaskan secara benar objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar. Seseorang yang telah paham terhadap suatu materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan dan meramalkan objek yang telah dipelajari.

c. Aplikasi/*Application*

Aplikasi dapat diartikan sebagai penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam situasi atau konteks yang lain.

d. Analisis/*Analysis*

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis/*Synthesis*

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk

keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari informasi-informasi yang ada.

f. *Evaluasi/Evaluation*

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi. Penilaian tersebut berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang sudah ada.

2.4.3 Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu :

1. Baik jika nilainya ≥ 76 -100%
2. Cukup jika nilainya 56-75%
3. Kurang jika nilainya $<56\%$

2.5 Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah

Penelitian mengenai pengaruh edukasi dengan sasaran anak usia sekolah telah dilakukan oleh beberapa peneliti di antaranya yaitu, Rohmah (2015) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan siswa sebelum penyuluhan menggunakan media animasi dengan kategori baik 29 subjek (67,5%), kategori cukup 13 subjek (30,2%), kategori buruk 1 subjek (2,3%) dan sesudah diberi penyuluhan terdapat siswa dengan kategori baik

41 subjek (95,3%) dan kategori cukup 2 subjek (4,7%). Hal ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan menggunakan media animasi dengan pengetahuan pada siswa di MI Negeri Baki Sukoharjo $p=0,000$ ($p<0,05$).

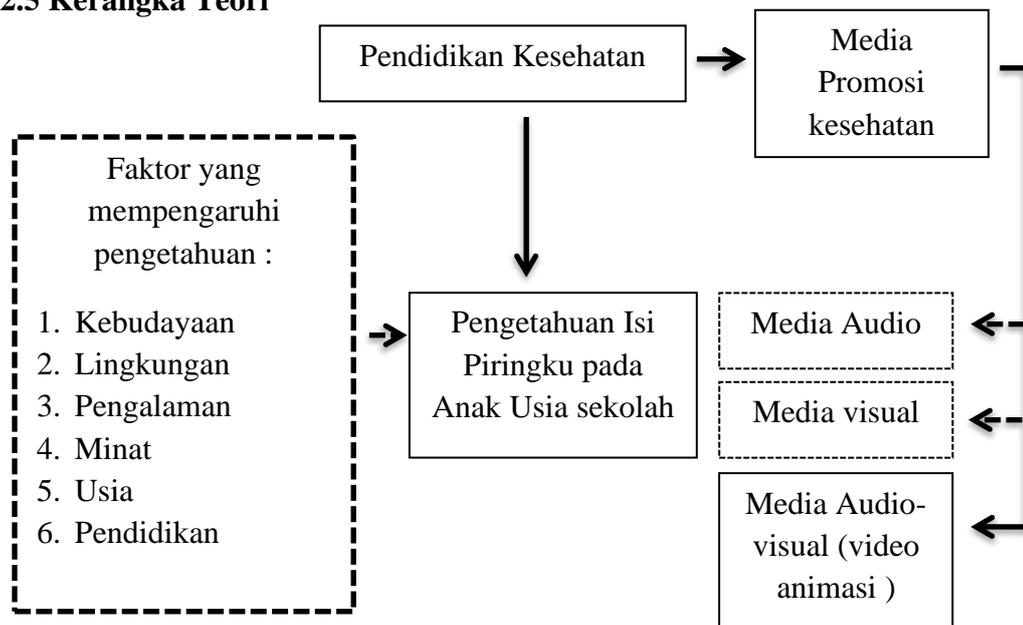
Penelitian juga dilakukan oleh Dewi Haris (2018) menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap siswa SD sesudah pemberian penyuluhan tentang makanan bergizi, seimbang dan aman dengan animasi lebih baik daripada sebelum pemberian penyuluhan. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa SD yaitu dari 53,2% (33 orang) pengetahuannya cukup sebelum diberikan penyuluhan menjadi 90,3% (56 orang) memiliki pengetahuan baik sesudah diberikan penyuluhan dengan media animasi tentang makanan bergizi, seimbang dan aman. Hal ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan dengan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap siswa SD tentang makanan bergizi, seimbang dan aman.

Sesuai juga dengan hasil penelitian Lingga (2015) yang menyimpulkan bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum pemberian media animasi adalah 36.90 ± 4.22 , sedangkan rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sesudah pemberian media animasi adalah 39.28 ± 4.76 . Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan $p=0.003$ ($p<0,05$). Rata-rata skor sikap gizi seimbang sebelum pemberian media animasi adalah 64.51 ± 4.26 , sedangkan rata-rata skor sikap gizi seimbang sesudah pemberian media animasi adalah 71.03 ± 5.82 . Hasil penelitian

menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap sikap $p=0.000$ ($p<0,05$).

Penelitian yang sama dilakukan oleh Agustin (2020) hasil rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum pemberian media video animasi adalah 20,58 sedangkan rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sesudah pemberian media video animasi adalah 30,11. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi $p=0.000$ ($p<0,05$). Media video animasi berpengaruh terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang.

2.5 Kerangka Teori



Keterangan :



: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak di teliti



: Pengaruh yang akan diteliti



: Pengaruh yang tidak diteliti

Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi Adiba, 2020; Zatalini,2018

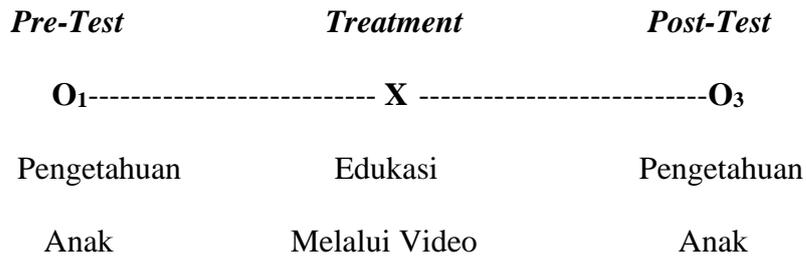
BAB III
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra-eksperimen dengan rancangan *one group pretest - posttest*. Rancangan jenis ini hanya menggunakan satu kelompok subjek, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan anak usia sekolah yang telah diberikan edukasi menggunakan media animasi.

Berikut adalah gambaran desain penelitian :

Bagan 3.1 Desain Penelitian



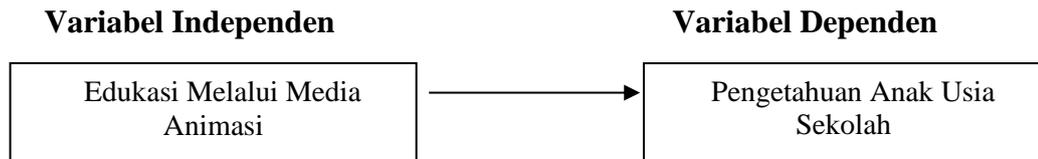
Keterangan :

- O₁ : *Pre-Test* atau pengambilan data awal mengenai pengetahuan anak sebelum diberikan edukasi tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan
- X : Perlakuan yaitu pemberian edukasi dengan menggunakan media animasi
- O₂ : *Post-Test* atau pengambilan data akhir mengenai pengetahuan anak setelah diberikan edukasi Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan

3.2 Variabel Penelitian

Adapun variabel pada penelitian ini adalah variabel independen (bebas) yaitu Edukasi dengan menggunakan media animasi sedangkan variabel dependen (terikat) yaitu pengetahuan anak usia sekolah.

Bagan 3.2 Kerangka Konsep



3.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini adalah :

- 1 : Ada pengaruh edukasi melalui media animasi terhadap pengetahuan anak usia sekolah yang telah diberikan edukasi menggunakan media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.
- 2 : Tidak ada pengaruh edukasi melalui media animasi terhadap pengetahuan anak usia sekolah yang telah diberikan edukasi menggunakan media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.

3.4 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Edukasi Gizi	Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah yang mengacu pada isi piringku sebagai panduan sekali makan berdasarkan survey responden	Media Animasi	-	-
2	Pengetahuan	Segala yang diketahui responden mengenai porsi-porsi isi piringku sebagai panduan sekali makan, sumber karbohidrat, lemak, protein, sayur dan buah serta anjuran konsumsi gula, garam dan minyak.	Kuesioner Skor	Rasio

3.5 Populasi dan Sampel

3.5.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2005). Dalam penelitian ini, populasinya adalah seluruh anak kelas 4 dan 5 di SDN 27 Bengkulu Tengah. Adapun jumlah populasi anak kelas 4 dan 5 di SDN 27 Bengkulu Tengah adalah 86 orang, data ini diperoleh dari data siswa SDN 27 Bengkulu Tengah.

3.5.2 Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Sedangkan yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah anak usia sekolah yang dibatasi dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi adalah karakteristik subjek penelitian dari suatu populasi target terjangkau yang akan diteliti (Nursalam, 2011).

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian
2. Responden merupakan anak usia sekolah usia 9-11 tahun.
3. Responden merupakan siswa dan siswi kelas 4 dan 5 yang berstatus aktif di SDN 27 Bengkulu Tengah

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2011).

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Responden yang sedang sakit dan tidak mampu untuk mengikuti rangkaian penelitian.

Jumlah sampel dapat diketahui menggunakan rumus Lemeshow (1990) dalam Murti (2006).

$$n = \frac{N \cdot Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N-1) + Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}$$

Keterangan :

- n = Jumlah sampel
p = Perkiraan proporsi (0,2)
q = 1 - p
d = Presisi absolut (10%)
 $Z_{1-\alpha/2}^2$ = Statistic Z (Z= 1,96 untuk $\alpha = 0,05$)
N = Besar Populasi (86 orang)

Maka :

$$n = \frac{N \cdot Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N-1) + Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{86 \cdot 1,96^2 \cdot 0,2 \cdot (1-0,2)}{0,1^2 \cdot (86-1) + 1,96^2 \cdot 0,2 \cdot (1-0,2)}$$

$$n = \frac{52,860416}{1,464656}$$

$n = 36,09$ dibulatkan menjadi 36 sampel.

Jadi besar sampel dalam penelitian ini adalah 36 siswa

Tabel 3.2
Proporsi sampel

Strata / Tingkatan	Jumlah siswa	Jumlah sampel
Kelas 4 A	24	$(24/86) \times 36 = 10$
Kelas 4 B	23	$(23/86) \times 36 = 10$
Kelas 5 A	20	$(20/86) \times 36 = 8$
Kelas 5 B	19	$(19/86) \times 36 = 8$
Jumlah total	86	36 siswa

3.6 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2021 - April 2021.

Penelitian ini dilakukan di SDN 27 Bengkulu Tengah.

3.7 Rencana Pengumpulan, Pengolahan dan Analisis Data

3.7.1 Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh terbagi menjadi 2 jenis data, yaitu :

1. Data Primer

Untuk memperoleh data primer mengenai informasi pengetahuan dari responden peneliti menggunakan alat pengumpulan data

berupa lembar *Checklist*. Dari formulir ini data yang digunakan dalam penelitian yaitu data pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan.

2. Data Sekunder

Data sekunder pada penelitian ini adalah data mengenai populasi anak kelas 4 dan 5 di SDN 27 Bengkulu Tengah yang berjumlah 86 orang, data ini diperoleh melalui data siswa di SDN 27 Bengkulu Tengah.

3.7.2 Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan setelah pengumpulan data dengan tujuan agar data yang dikumpulkan memiliki sifat yang jelas, adapun langkah dalam pengolahan data yaitu:

a. *Editing* (Pemeriksaan Data)

Kegiatan ini meliputi pemeriksaan, melengkapi serta memperbaiki data yang telah diperoleh dari penelitian yang dilakukan seperti data kuesioner tentang pengetahuan isi piringku sebagai panduan sekali makan. Pemeriksaan dan melengkapi serta memperbaiki data secara keseluruhan.

b. *Coding* (Pengkodean Data)

Coding adalah merubah data berbentuk huruf menjadi data bilangan dengan memberikan kode-kode pada variabel penelitian dengan tujuan memudahkan pengolahan data.

c. *Tabulating (Tabulasi Data)*

Setelah dilakukan coding atau pengkodean maka selanjutnya dilakukan tabulasi data dengan memberikan skor masing-masing jawaban responden.

d. *Entry (Pemasukan Data)*

Data yang diperoleh seperti data identitas pasien, data Hasil Kuesioner pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sebelum makan sebelum dan sesudah edukasi melalui media animasi yang telah diberikan terlebih dahulu direkap menjadi data mentah lalu diketik dan diolah menggunakan aplikasi komputer.

e. *Cleaning ((Pembersihan Data)*

Sebelum melakukan analisis data, data mentah yang diperoleh terlebih dahulu dilakukan pengecekan, pembersihan, jika ditemukan kesalahan pada entri data. Data yang tidak lengkap dikeluarkan dari master data. Data-data yang sudah di dalam tabel diperiksa kembali dan sudah bebas dari kesalahan-kesalahan (Notoatmodjo, 2012).

3.7.3 Analisis Data

Analisis data disajikan dalam bentuk analisis univariat dan bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisis Univariat, yakni analisis terhadap tiap variabel dalam hasil penelitian. Pada analisis univariat data yang diperoleh dari hasil pengumpulan dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi

dan frekuensi. Variabel yang dilakukan dengan analisis univariat pada penelitian ini adalah pengetahuan anak usia sekolah.

2. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat digunakan untuk menilai pengaruh antara variabel bebas dan terikat. Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan yaitu apakah ada pengaruh edukasi melalui media animasi terhadap pengetahuan tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan pada anak usia sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah.

Untuk menguji hipotesis tersebut dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan uji statistik *Shapiro-Wilk* dan didapatkan hasil uji normalitas $\text{sig} < \alpha (0.05)$ maka dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi tidak normal dan akan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pemberian intervensi yang dilaksanakan tidak runtun yaitu terdapat jeda waktu dari edukasi pertama menuju edukasi kedua yang lebih dari satu minggu. Hal tersebut tidak sesuai dengan literatur yang ada dikarenakan waktu penelitian yang tidak memungkinkan.

4.2 Jalan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN 27 Bengkulu Tengah Tahun 2021 untuk melihat pengaruh antara variabel independen (edukasi gizi dengan media animasi) dengan variabel dependen (pengetahuan tentang isi piringku).

Pengambilan data dilakukan selama 2 bulan yaitu dari tanggal 08 Februari 2021 sampai dengan 08 April 2021 di SDN 27 Bengkulu Tengah dengan menggunakan Teknik Pengambilan sampel *Quota Sampling* yang berarti pengambilan sampel dilakukan dengan cara menetapkan jumlah subjek yang akan diteliti, populasi akan dibagi kedalam beberapa kategori berbeda yang kemudian sampel akan diambil sesuai kuota dari masing-masing kelompok. Pengumpulan data diperoleh dengan cara pemberian lembar checklist untuk mengetahui pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi melalui media animasi.

Data dalam penelitian ini menggunakan data rasio. Data yang sudah terkumpul kemudian dimasukkan ke dalam program *Excel 2010*. Selanjutnya dilakukan pengecekan terhadap data yang telah diperoleh kemudian data

dimasukkan ke dalam tabel dan diproses dengan menggunakan program komputer *SPSS 2016*.

Hasil penelitian ini ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi dan dianalisa secara univariat dari setiap variabel. Penyajian dilanjutkan dengan analisa bivariat yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen.

4.3 Hasil penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 dan 5 di SDN 27 Bengkulu Tengah yang terdiri dari perempuan sebanyak 23 responden (64%) dan laki-laki 13 responden (36%). Responden dalam penelitian ini rata-rata berusia 10 tahun yaitu sebanyak 16 responden (44,5%), 11 tahun sebanyak 13 responden (36,1%) dan distribusi terendah berusia 9 tahun yaitu sebanyak 7 responden (19,4%).

4.3.1 Gambaran Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi

Tabel 4.1 Distribusi Item Pertanyaan Pre-Test yang Benar Dari Seluruh Jumlah Responden

No	Item Pernyataan	Pre – Test	
		Jumlah Benar	%
1	Porsi sayuran	1	2,7 %
2	Porsi buah-buahan	15	41,6%
3	Porsi protein	11	30,5%
4	Sumber zat tenaga	7	19,4%
5	Makanan sumber karbohidrat	11	30,5%
6	Makanan sumber lemak	12	33,3%
7	Sumber protein hewani	21	58,3%
8	Sumber protein nabati	15	41,6%
9	Makanan sumber protein	21	58,3%
10	Makanan sumber serat	18	50%
11	Anjuran konsumsi garam	16	44,4%
12	Anjuran konsumsi minyak	7	19,4%
13	Anjuran konsumsi air putih	17	47,2%
14	Hygiene sanitasi	32	88,8%

Sumber : Data Penelitian, 2021

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden menjawab salah pada item pernyataan nomor 1 yaitu pernyataan mengenai “Porsi sayuran yang perlu dikonsumsi dalam sehari” dan item pertanyaan yang sebagian besar dijawab benar oleh responden yaitu item pernyataan 14 mengenai “Manfaat mencuci tangan sebelum makan”.

Tabel 4.2 Gambaran Pengetahuan Sebelum Edukasi Dengan Menggunakan Media Animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah

	N	Mean	Median	Min	Max
Pengetahuan Sebelum Edukasi	36	40.22	42.01	21.42	57.14

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa rata-rata pengetahuan responden sebesar 40,22 yang artinya sebagian besar responden masih memiliki pengetahuan yang kurang.

4.3.2 Gambaran Pengetahuan Sesudah Diberikan Edukasi

Tabel 4.3 Distribusi Item Pertanyaan Post-Test yang Benar Dari Seluruh Jumlah Responden

No	Item Pernyataan	Pre – Test	
		Jumlah Benar	%
1	Porsi sayuran	25	69,4%
2	Porsi buah-buahan	30	83,3%
3	Porsi protein	22	61,1%
4	Sumber zat tenaga	22	61,1%
5	Makanan sumber karbohidrat	33	91,6%
6	Makanan sumber lemak	33	91,6%
7	Sumber protein hewani	33	91,6%
8	Sumber protein nabati	32	88,8%
9	Makanan sumber protein	25	69,4%
10	Makanan sumber serat	28	77,7%
11	Anjuran konsumsi garam	28	77,7%
12	Anjuran konsumsi minyak	18	50%
13	Anjuran konsumsi air putih	34	94,4%
14	Hygiene sanitasi	35	97,2%

Sumber : Data Penelitian, 2021

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan pada item pernyataan nomor 1 setelah diberikan edukasi gizi mengenai isi piringku. Item pertanyaan yang masih banyak dijawab salah yaitu item pertanyaan nomor 3, 4 dan 12. Hal ini dikarenakan pemutaran media yang mendekati jam pulang sekolah sehingga menyebabkan konsentrasi beberapa siswa menjadi berkurang dan tidak fokus dalam menyimak vidio yang diputar.

Tabel 4.4 Gambaran Pengetahuan Sesudah Edukasi Dengan Menggunakan Media Animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah

	N	Mean	Median	Min	Max
Pengetahuan Sesudah Edukasi	36	78.96	78.57	64.28	92.85

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pada pengetahuan responden setelah mendapatkan edukasi melalui media animasi yaitu responden memiliki skor rata-rata pengetahuan sebesar 78,96 yang artinya sebagian besar responden sudah memiliki pengetahuan yang baik.

4.3.3 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Animasi

Tabel 4.5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi menggunakan Media Animasi pada Anak Usia Sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah

Dependen		Mean±SD	Median	Sig (2-tailed)
Pengetahuan	Sebelum	40.22 ± 1.02	42.01	0.000
	Sesudah	78.96 ± 9.34	78.57	

**Uji Wilcoxon Signed Ranks Test*

Tabel 4.5 menunjukkan nilai rata-rata pada pengetahuan responden setelah dilakukan edukasi (pendidikan kesehatan) yakni dari

40,22 menjadi 78,96 dan nilai Sig. (2-tailed) atau nilai probabilitas dalam Uji *Wilcoxon* adalah 0.000. Hasil tersebut jika dibandingkan dengan taraf signifikansi 5% (0,05) maka nilai Sig. (2-tailed) <0,05, artinya terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan. Dengan kata lain, dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari pemberian intervensi edukasi dengan media animasi sehingga terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi.

4.4 Pembahasan

a. Gambaran Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Edukasi menggunakan Media Animasi

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi gizi melalui media animasi dilihat pada tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi rata-rata pengetahuan responden sebesar 40,22 yang artinya sebagian besar responden masih memiliki pengetahuan yang kurang.

Berdasarkan hasil analisis pengetahuan saat *pre-test* yang dilakukan pada responden, dari 14 pertanyaan tentang isi piringku ditemukan beberapa responden banyak menjawab salah pada pertanyaan nomor 1, 4 dan 12 yaitu pertanyaan mengenai anjuran konsumsi sayur, bahan makanan sumber tenaga, dan anjuran konsumsi minyak.

Rendahnya pengetahuan siswa dikarenakan masih rendahnya sosialisasi dan informasi mengenai isi piringku. Menurut hasil wawancara dengan pihak sekolah dan siswa menyatakan bahwa belum pernah ada

penyuluhan terkait isi piringku sebelumnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Puspita dan Rahayu (2017) yang menyatakan bahwa paparan informasi dan media merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Sehingga perlunya penyuluhan maupun edukasi gizi yang disampaikan kepada siswa untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi.

Rendahnya pengetahuan siswa pada saat *pre-test* sejalan dengan penelitian Woda (2009) dalam Agustin (2020) yang menunjukkan bahwa pada saat *pre-test* rata-rata skor pengetahuan pada siswa kelas IV dan V di SD Mardi Yuana Depok masih berada dalam kategori rendah yaitu sebesar 31.69% (Agustin, 2020).

b. Gambaran Pengetahuan Siswa Setelah Diberikan Edukasi menggunakan Media Animasi

Berdasarkan tabel distribusi pengetahuan responden sesudah diberikan edukasi gizi tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pada pengetahuan responden setelah mendapatkan edukasi melalui media animasi yaitu responden memiliki skor rata-rata pengetahuan sebesar 78,96 yang artinya sebagian besar responden sudah memiliki pengetahuan yang baik.

Hasil dari lembar *checklist Post-test* yang diberikan mengenai isi piringku terdapat peningkatan pengetahuan responden mengenai pertanyaan nomor 1, 4 dan 12 yaitu pertanyaan mengenai anjuran konsumsi sayur, bahan makanan sumber tenaga, dan anjuran konsumsi minyak.

Alasan utama yang menyebabkan terjadinya peningkatan pengetahuan menurut Puspita (2012) adalah melalui media pendidikan yang digunakan dan cara penyampaian materi pendidikan. Media pendidikan berfungsi untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media pendidikan membuat seseorang dapat lebih mengerti informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Dalam hal ini, media pendidikan gizi yang digunakan adalah media audiovisual yaitu media animasi yang bertemakan isi piringku sebagai panduan sekali makan (Puspita, 2012).

c. Perbedaan Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku dengan Menggunakan Media Animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media animasi. Setelah diberikan edukasi isi piringku menggunakan media animasi nilai rata-rata pengetahuan responden lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pengetahuan sebelum edukasi isi piringku menggunakan media animasi.

Menurut Notoadmojo (2007), pengetahuan adalah suatu domain dari hal yang dapat membentuk perilaku. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga.

Pengetahuan yang di uji dalam penelitian ini adalah pengetahuan mengenai isi piringku yang divisualisasikan dalam video animasi isi piringku. Pesan yang disampaikan tidak hanya ditekankan pada porsi-porsi isi piringku tetapi juga dimbangi dengan sumber bahan makanan seperti

karbohidrat, lemak, serat dan protein serta ajuran konsumsi garam dan minyak.

Berdasarkan tabel perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media animasi pada anak usia sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah, dapat diketahui bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa tentang isi piringku sebagai panduan sekali makan sebelum diberikan edukasi melalui media animasi sebesar 40,22 kemudian meningkat menjadi 78,96 setelah diberikan edukasi melalui media animasi.

Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai Sig. (2-tailed) atau nilai probabilitas adalah 0.000. Oleh karena nilai $p\text{-value} < \alpha$ (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan di SDN 27 Bengkulu Tengah.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan melalui media animasi mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan. Hal ini dikarenakan faktor dari penggunaan media animasi yang menggunakan indera penglihatan dan pendengaran. Faktor lain yang mempengaruhi yaitu karena media yang digunakan adalah video sehingga menarik perhatian siswa untuk fokus melihat dan memahami materi yang disampaikan.

Penggunaan media video dalam penyuluhan mulai sering digunakan, seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi karena sangat membantu keefektifan dalam proses pembelajaran dan penyampaian pesan. Hal ini sesuai dengan penelitian tentang penyuluhan

kesehatan yang dilakukan oleh Kapti (2019), mengenai efektifitas audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan menyatakan bahwa pemilihan audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan dapat diterima dengan baik oleh responden karena media ini menawarkan penyuluhan yang lebih menarik dan tidak monoton. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 38%.

Menurut Conteno (2007) menyatakan bahwa video yang ditambahkan dalam pesen verbal dapat meningkatkan motivasi untuk menerima pesan dan mengingatnya dengan lebih baik karena media video menawarkan penyuluhan yang lebih menarik dan tidak monoton dengan menampilkan gerak, gambar dan suara sehingga remaja mempunyai keingintahuan terhadap isi video yang diharapkan dapat menyerap informasi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut penelitian Siwi, *dkk* (2014) media audiovisual merupakan media yang sesuai untuk anak usia sekolah karena dapat mengembangkan imajinasi dan aktifitas belajar anak dalam suasana menyenangkan sehingga dapat merangsang minat belajar anak karena ditampilkan dalam bentuk animasi yang menarik dan mudah dipahami. Media ini cukup menyenangkan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak usia sekolah yang berusia 10-12 tahun berada dalam tahap operasional konkrit artinya aktivitas mental yang difokuskan pada objek-objek peristiwa nyata atau konkrit.

Berkaitan dengan media animasi, menurut Mayer dan Moreno (2002) dalam Utami (2011) mengemukakan bahwa penggunaan animasi dalam proses pembelajaran sangat membantu dalam meningkatkan efektifitas dan efisiensi proses pengajaran, serta hasil pembelajaran akan meningkat. Selain itu, penggunaan media pembelajaran khususnya animasi dapat meningkatkan daya tarik dan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Media animasi dapat digunakan untuk menjelaskan materi yang secara nyata tidak dapat terlihat oleh mata. Pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (30%) dan indera pendengaran (10%) (Utami, 2011).

Hal ini sejalan dengan penelitian Utomo (2012) yang menyebutkan bahwa terjadi peningkatan kualitas proses pembelajaran keterampilan menyimak dari siklus ke siklus dengan menggunakan animasi pada siswa kelas VI di SD Negeri 3 Tempursari.

Hasil penelitian lain yang sejalan adalah penelitian yang dilakukan oleh Siwi, *dkk* (2014) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi jajanan sehat sebesar 0.317 untuk pengetahuan dan 0.180 untuk sikap setelah diberikan intervensi menggunakan media animasi. Penelitian lain yang sejalan adalah penelitian Dwipayana (2011) yang mengatakan bahwa terjadi peningkatan pemahaman siswa terhadap pelajaran biologi dengan menggunakan media animasi pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun pelajaran 2011/2012.

Sesuai dengan hasil penelitian Darni (2020) yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan anak sekolah

yang ditandai dengan peningkatan skor pengetahuan mengenai isi piringku sebelum dan sesudah edukasi $p=0,000$ ($p<0,05$). Namun perbedaannya adalah media yang digunakan berupa komik isi piringku.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustin (2020) yang menyimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi $p=0,000$ ($p <0,05$) dengan rata-rata skor pengetahuan sebelum pemberian media video animasi adalah 20,58 sedangkan rata-rata skor pengetahuan sesudah pemberian media video animasi adalah 30,11.

Penelitian ini semakin diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Hanifah (2015), yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video dengan tingkat pengetahuan gizi sesudah dilakukan edukasi menggunakan media video mengalami peningkatan pengetahuan yaitu yang mempunyai pengetahuan baik sebesar 84,8% dan pengetahuan tidak baik hanya 15,2%.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Gambaran pengetahuan anak usia sekolah sebelum diberikan edukasi melalui media animasi sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang.
2. Gambaran pengetahuan anak usia sekolah setelah diberikan edukasi melalui media animasi sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik.
3. Ada pengaruh edukasi melalui media animasi terhadap pengetahuan anak usia sekolah yang telah diberikan edukasi menggunakan media animasi di SDN 27 Bengkulu Tengah.

5.2 Saran

1. Bagi Anak Sekolah diharapkan bisa memahami dan mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan melalui edukasi tentang porsi isi piringku dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi Akademik diharapkan dapat menggunakan media animasi untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan mengembangkan program penyuluhan dan pendidikan kesehatan khususnya anak usia sekolah.
3. Bagi Peneliti selanjutnya bisa untuk melanjutkan penelitian dengan penambahan jumlah sampel yang lebih besar serta penambahan variabel yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiba, Z. *et al.* (2020) ‘Pengaruh Penggunaan Media Komik “ Isi Piringku ” Sebagai Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Isi Piringku Pada Siswa Sekolah Dasar’.
- Agustin, F. R. (2020) ‘Perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 43(1), p. 7728.
- Anugraheni, D. D. and Mulyana, B. (2019) ‘Kontribusi Bekal Makanan dan Total Energi terhadap Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar’, pp. 52–57. doi: 10.20473/amnt.v3.i1.2019.52-57.
- Betty Yosephin Simanjuntak, A. W. (2020) ‘Jurnal pengamas kesehatan sasambo’, *Peningkatan Pengetahuan Siswa Menggunakan Aplikasi ‘Isi Piring Ambo’ Sebagai Upaya Penerapan Gizi Seimbang*, 1(2), pp. 91–94.
- Darni, J. (2020) ‘Pengaruh Pemberian Edukasi Komik Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Asupan Lemak Pada Anak Gizi Lebih’, 4(1), pp. 7–15.
- Dewi Haris, V. S. (2018) ‘Pengaruh Penyuluhan dengan Media Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Makanan Bergizi, Seimbang dan Aman Bagi Siswa SD 08 Cilandak Barat Jakarta Selatan Tahun 2017’, *Quality*, 12(1), pp. 38–42. doi: 10.36082/qjk.v12i1.28.
- Dwipayana, I. K. (2011) ‘Kemampuan siswa dalam pelajaran biologi dengan menggunakan media pembelajaran berbasis video animasi pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2011/2012’, *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., pp. 1–10.
- Gunawan, A. H. (2009) ‘sosiologi Pendidikan Suatu Analisis Sosiologi tentang Pelbagai Problem Pendidikan’, 3, pp. 8–28.
- Hechavarria, Rodney, Lopez, G. (2013) ‘Jajanan sehat’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Hendrawan, A. (2019) ‘Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt’X’ Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja’, *Jurnal Delima Harapan*, 6(2), pp. 69–81. doi: 10.31935/delima.v6i2.76.
- Herdiana (2013) ‘Media Audio Visual’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kapti, R. E., Rustiana, Y. and WIdyatuti (2019) ‘Efektifitas audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan terhadap peningkatap pengetahuan dan sikap

ibu dalam tatalaksana balita dengan diare di dua rumah sakit Kota Malang’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.

Kementerian Kesehatan RI (2019) ‘Aksi Bergizi, Hidup sehat Sejak sekarang Untuk Remaja Kekinian’, *Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia*, p. 214. Available at: <https://www.unicef.org/indonesia/media/2806/file/Aksi-Bergizi-Siswa-2019.pdf>.

Lingga, N. L. (2015) ‘Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat’, pp. 1–41.

Pane, D. N., Fikri, M. EL and Ritonga, H. M. (2018) ‘Pengetahuan Siswa Tentang gizi seimbang dan Cara Penilaiannya’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.

Perusquia Ardon, J. C. (2020) ‘Perbedaan Pengetahuan Gizi Seimbang Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Dengan Video Animasi’, 21(1), pp. 1–9. doi: 10.1155/2010/706872.

Pratama, P. A., Zulkarnain, E. and Ririanty, M. (2018) ‘Efektivitas Media Promosi “ Piring Makanku ” Pedoman Gizi Seimbang Sebagai Panduan Sekali Makan’, *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(1), pp. 53–59.

Puspita, A., Kurniawan, A. D. and Rahayu, H. M. (2017) ‘Pengembangan Media Pembelajaran Booklet Pada Materi Sistem Imun Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Xi Sman 8 Pontianak’, *Jurnal Bioeducation*, 4(1), pp. 64–73. doi: 10.29406/524.

Puspita, I. D. (2012) ‘Retensi pengetahuan, sikap, dan perilaku pasca pelatihan gizi seimbang pada siswa kelas 5 dan 6 Di 10 Sekolah Dasar Terpilih Kota Depok’.

Rahmy, H. A. *et al.* (2020) ‘Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman’, 3(2), pp. 162–172.

Riskesdas bengkulu Kemenkes RI (2018) ‘Laporan Provinsi Bengkulu RISKESDAS 2018’, pp. 1–527.

Ronitawati, P. *et al.* (2020) ‘Edukasi Bekal Sehat Berdasarkan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Media “ Isi Bekalku ” Pada Siswa Sekolah Dasar’, *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(3), pp. 407–414.

Senez-Gagnon, F. *et al.* (2014) ‘Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang’, *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang*

Pedoman Gizi Seimbang, 2014(August), pp. 1–43. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.scitotenv.2014.10.007>.

Siwi, L. R. (2014) ‘Meningkatkan perilaku konsumsi jajanan sehat pada anak sekolah melalui media audiovisual’.

Sulistyoningsih, H. (2011) ‘Gizi untuk kesehatan ibu dan anak’, p. 2011.

Supariasa, H. (2016) ‘Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Protein dengan Daya Ingat pada Anak Usia Sekolah’, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 7–8. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.

Umar (2014) ‘Media Pendidikan: Peran dan Fungsinya dalam Pembelajaran’, *Jurnal Tarbiyah*, 11(1), pp. 131–144.

Utami, D. (2011) ‘Efektifitas Animasi Dalam Pembelajaran’, *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 7(1), pp. 44–52.

Utomo, W. P. (2012) ‘Peningkatan kualitas pembelajaran keterampilan menyimak (buku teks anak yang dibacakan guru) menggunakan media film animasi pada peserta didik kelas vi SD Negeri 3 Tempusari Kecamatan Sidoharjo Kabupaten Wonogiri’, (July), p. 32.

Widanti, Y. A. (2017) ‘Prevalensi, Faktor Risiko, dan Dampak Stunting pada Anak Usia Sekolah’, *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*, 1(1), pp. 23–28.

Yani Veronica, S. *et al.* (2019) ‘Peningkatan gizi anak sekolah dengan gerakan isi piringku’, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 1(1), pp. 47–50.

L

A

M

P

I

R

A

N



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343
website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Quality
ISO 9001:2015
SAZ GLOBAL
02 C30130

12 November 2020

Nomor : : DM. 01.04/.....²¹⁴⁷./2/2020
Lampiran : -
Hal : **Izin Pra Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Sekolah SDN 27 Bengkulu Tengah
di_
Bengkulu

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi Mahasiswa Prodi Gizi Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2018/2019, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengambilan data, untuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) dimaksud,

Nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Liza Apriyunisa
NIM : P05130118023
No Handphone : 0895331071337
Judul : Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 27 Bengkulu Tengah Tahun 2021
Lokasi : SDN 27 Bengkulu Tengah

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

an. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik,

Ns. Agung Riyadi, S.Kep., M.Kes
NIP.196810071988031005



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343
webside: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



02 Februari 2021

Nomor : : DM. 01.04/...../2/2021
Lampiran : -
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Sekolah SDN 27 Kabupaten Bengkulu Tengah
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi Mahasiswa Prodi Gizi Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2018/2019 , maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Liza Apriyunisa
NIM : P05130118023
Program Studi : Gizi Program Diploma Tiga
No Handphone : 0895331071337
Tempat Penelitian : SDN 27 Kabupaten Bengkulu Tengah
Waktu Penelitian : Februari - Maret 2021
Judul : Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah Tahun 2021

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

an. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik,


Ns. Agung Riyadi, S.Kep., M.Kes
NIP.196810071988031005

Tembusan disaripakan kepada:



PEMERINTAH KABUPATEN BENGKULU TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 27 BENGKULU TENGAH
Alamat : Jln. Raya Bukit Sunur Desa Taba Lagan Kecamatan Talang Empat Bengkulu Tengah Kode Pos 38385



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor: 423 / 004 / SDN.27 / BT / VII / 2021

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : BUYUNG IMLAN, S.Pd
Nip : NIP.196308171984111001
Jabatan : Kepala SD Negeri 27 Bengkulu Tengah

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : LIZA APRIYUNISA
Nim : P05130118023

Program studi : D III GIZI

Telah melaksanakan penelitian di sekolah kami mulai dari tanggal 08 Februari s/d 01 Mei 2021 dengan sebenarnya di SD Negeri 27 Bengkulu Tengah dengan judul "*Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri 27 Bengkulu Tengah*".

Demikianlah surat ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 4

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap :
Tanggal Lahir :
Kelas :

Dengan ini saya menyatakan **bersedia/ tidak bersedia** menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Liza Apriyunisa, Mahasiswi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu dengan judul **“Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah di SDN 27 Bengkulu Tengah”** dan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan terkait penelitian ini.

Saya telah diberikan penjelasan tentang penelitian ini dan tidak akan berakibat buruk terhadap saya. Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun, sebab saya memahami bahwa keikutsertaan saya ini akan memberikan manfaat dan kerahasiaan akan tetap terjaga.

Bengkulu, Februari 2021

(.....)

CHECKLIST

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG ISI PIRINGKU SEBAGAI PANDUAN
SEKALI MAKAN PADA ANAK USIA SEKOLAH
DI SDN 27 BENGKULU TENGAH
TAHUN 2021

Nomor Responden :

A. Karakteristik Responden

Nama :

Jenis kelamin : Laki-laki Perempuan

Tempat / Tanggal Lahir :, / /

Kelas : Kelas 4 A Kelas 5 A

Kelas 4 B Kelas 5 B

B. Pengetahuan Isi Piringku

Berilah tanda centang (\checkmark) di dalam kotak () pada jawaban yang anda pilih sesuai dengan kondisi ! Hanya boleh memilih 1 jawaban dari setiap pertanyaan.

1. Sayuran yang perlu dikonsumsi dalam sehari . . . *SKOR
 1-2 porsi 2-3 porsi []
 3-4 porsi 4-5 porsi
2. Buah-buahan yang perlu dikonsumsi dalam sehari . . .
 1-2 porsi 2-3 porsi []
 3-4 porsi 4-5 porsi
3. Protein (Lauk Pauk) yang perlu dikonsumsi dalam sehari . . .
 1-2 porsi 2-3 porsi []
 2-4 porsi 3-4 porsi
4. Bahan makanan yang berperan sebagai sumber tenaga bagi tubuh . . .
 Karbohidrat Mineral []
 Protein Vitamin
5. Kelompok makanan berikut ini yang dapat dijadikan sebagai sumber karbohidrat . . .
 Roti, mie, singkong, nasi, bihun Singkong, nasi, bihun, telur, ikan []
 Roti, nasi, bihun, daging, telur Ubi, nasi, pisang, madu

6. Makanan yang merupakan sumber lemak . . . *SKOR
- | | | |
|--|---|-------|
| <input type="checkbox"/> Daging, santan, kacang | <input type="checkbox"/> Mie, keju, mentega | [] |
| <input type="checkbox"/> Mentega, minyak, santan | <input type="checkbox"/> Bayam, bihun, santan | |
7. Telur merupakan bahan makanan yang termasuk protein. . .
- | | | |
|--|--|-------|
| <input type="checkbox"/> Hewani | <input type="checkbox"/> Nabati | [] |
| <input type="checkbox"/> Nabati dan hewani | <input type="checkbox"/> Hewani dan nabati | |
8. Makanan yang merupakan sumber protein nabati ...
- | | | |
|---------------------------------------|--|-------|
| <input type="checkbox"/> Daging ikan | <input type="checkbox"/> Daging sapi | [] |
| <input type="checkbox"/> Kacang merah | <input type="checkbox"/> Daging unggas | |
9. Makanan yang merupakan sumber protein . . .
- | | | |
|--|---|-------|
| <input type="checkbox"/> Daging, tempe, kacang | <input type="checkbox"/> Margarin, kacang, keju | [] |
| <input type="checkbox"/> Telur, ayam, santan | <input type="checkbox"/> Daging, bihun, santan | |
10. Makanan yang merupakan sumber serat. . .
- | | | |
|--|---|-------|
| <input type="checkbox"/> Alpukat, sawi, mangga | <input type="checkbox"/> Bayam, ikan, telur | [] |
| <input type="checkbox"/> Brokoli, bayam, mie | <input type="checkbox"/> Sawi, kacang, daging | |
11. Anjuran maksimal konsumsi garam dalam sehari. . .
- | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> 1 sendok teh | <input type="checkbox"/> 3 sendok teh | [] |
| <input type="checkbox"/> 2 sendok teh | <input type="checkbox"/> 4 sendok teh | |
12. Anjuran maksimal konsumsi minyak dalam sehari. . .
- | | | |
|---|---|-------|
| <input type="checkbox"/> 2 sendok makan | <input type="checkbox"/> 4 sendok makan | [] |
| <input type="checkbox"/> 3 sendok makan | <input type="checkbox"/> 5 sendok makan | |
13. Anjuran konsumsi air putih dalam sehari. . .
- | | | |
|---|--|-------|
| <input type="checkbox"/> 4 gelas sehari | <input type="checkbox"/> 6 gelas sehari | [] |
| <input type="checkbox"/> 8 gelas sehari | <input type="checkbox"/> 10 gelas sehari | |
14. Mengapa kita harus mencuci tangan sebelum makan?
- | | | |
|--|--|-------|
| <input type="checkbox"/> Agar tangan bersih
dan wangi | <input type="checkbox"/> Agar tangan bersih
dan bebas kuman | [] |
| <input type="checkbox"/> Agar tangan segar
dan dingin | <input type="checkbox"/> Agar tangan dingin
dan wangi | |

Ket :

[] : Di isi petugas / peneliti

Lampiran 6

HASIL PENGOLAHAN DATA MENGGUNAKAN SPSS

Uji Shapiro-Wilk

Tests of Normality

Kelas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Hasil Belajar Siswa	PreTest Eksperimen	.163	36	.017	.935	36	.035
	PostTest Eksperimen	.154	36	.031	.911	36	.007

a. Lilliefors Significance Correction

Frequencies

Statistics

		Pre Test	Post Test
N	Valid	36	36
	Missing	0	0
Mean		40.2214	78.9631
Median		42.0100	78.5700
Std. Deviation		1.02666E1	9.34388
Variance		105.403	87.308
Minimum		21.42	64.28
Maximum		57.14	92.85

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest Eksperimen	36	21.42	57.14	40.2214	10.26658
PostTest Eksperimen	36	64.28	92.85	78.9631	9.34388
Valid N (listwise)	36				

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	36 ^b	18.50	666.00
	Ties	0 ^c		
	Total	36		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^b

	Post Test - Pre Test
Z	-5.243 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Lampiran 7

DOKUMENTASI



Pre – Test



Edukasi 1



Edukasi 2



Edukasi 3



Edukasi 4



Post – Test



Keaktifan siswa dalam menjawab pertanyaan/kuis



Pemberian reward kepada siswa yang menjawab pertanyaan/kuis

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

JURUSAN DIPLOMA III GIZI

Jln. Indra Giri No.3 Padang Harapan



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Pembimbing I : Ahmad Rizal, SKM., MM
Nama : Liza Apriyunisa
NIM : P0 5130118023
Judul : “ Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 27 Bengkulu Tengah “

No	Tanggal	Konsultasi	Paraf
1.	21 Sep 2020	Konsultasi judul Proposal KTI	Re
2.	09 Nov 2020	Konsultasi BAB 1 dan 2	Re
4.	16 Nov 2020	Konsultasi tempat penelitian	Re
5.	20 Nov 2020	Konsultasi proposal BAB 1, 2 dan 3	Re
6.	18 Des 2020	Konsultasi sampel dan kuesioner	Re
7.	29 Des 2021	Konsultasi media video animasi	Re
8.	04 Jan 2021	ACC ujian seminar proposal KTI	Re
9.	25 Jan 2021	Revisi Proposal Karya Tulis Ilmiah	Re
10.	06 Mei 2021	Konsultasi BAB 4 dan 5	Re
11.	10 Mei 2021	Konsultasi kesimpulan dan saran	Re
12.	11 Mei 2021	ACC ujian Seminar Hasil KTI	Re
13.	14 Juni 2021	Revisi Karya Tulis Ilmiah	Re

Pembimbing I


Ahmad Rizal, SKM., MM
_ NIP.196303221985031006

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

JURUSAN DIPLOMA III GIZI

Jln. Indra Giri No.3 Padang Harapan



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Pembimbing II : Emy Yuliantini, SKM., MPH
Nama : Liza Apriyunisa
NIM : P0 5130118023
Judul : “ Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 27 Bengkulu Tengah “

No	Tanggal	Konsultasi	Paraf
1.	25 Sep 2020	Konsultasi judul Karya Tulis Ilmiah	zy
2.	13 Nov 2021	Konsultasi BAB 1 dan	zy
4.	21 Nov 2021	Konsultasi proposal BAB 1, 2 dan 3	zy
5.	18 Des 2021	Konsultasi BAB 3	zy
6.	21 Des 2021	Konsultasi kuesioner penelitian	zy
7.	29 Des 2021	Konsultasi media video animasi	zy
8.	04 Jan 2021	ACC ujian Seminar Proposal KTI	zy
9.	27 Jan 2021	Revisi Proposal Karya Tulis Ilmiah	zy
10.	06 Mei 2021	Konsultasi BAB 4 dan 5	zy
11.	10 Mei 2021	Konsultasi pembahasan	zy
12.	11 Mei 2021	ACC ujian Seminar Hasil KTI	zy
13.	02 Juli 2021	Revisi Karya Tulis Ilmiah	zy

Pembimbing II

Emy Yuliantini, SKM., MPH
NIP.197502061998032001