

**MEDIA PENDIDIKAN GIZI *NUTRITION CARD* TERHADAP
PERUBAHAN PENGETAHUAN BUAH DAN SAYUR
DI SD KRISTEN IMMANUEL IIKABUPATEN
KUBU RAYA**



SKRIPSI

Oleh :

DEVI BAYU WAHYU SAPUTRI
NMP: 151510713

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONTIANAK
2019**

PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)
Pada Tanggal Januari 2020

Dewan Penguji

1. **Marlenywati, S.Si., M.K.M** -----
2. **Abrori, S.Pd., M.Kes** -----
3. **Abduh Ridha, SKM, M.PH** -----

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONTIANAK
2019

DEKAN

Dr. Linda Suwarni, SKM, M.Kes
NIDN.1125058301

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)
Peminatan Gizi Kesehatan**

Oleh

DEVI BAYU WAHYU SAPUTRI
NPM: 151510713

Pontianak, 20 Desember 2019
Mengetahui,

Pembimbing I



Marlenywati, S.Si., M.K.M
NIDN. 1129098301

Pembimbing II



Abrori, S.Pd., M.Kes
NIDN: 1114047701

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya mengatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah di ajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan atau diterbitkan dalam daftar pustaka. Segala proses dalam penyusunan skripsi saya jalankan melalui prosedur dan kaidah yang benar serta didukung dengan data-data yang dapat dipertanggung jawabkan keabsahannya.

Jika di kemudian hari ditemukan kecurangan, maka saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan hak terhadap ijazah dan gelar yang saya terima.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pontianak, 20 Desember 2019
Penulis

Devi Bayu Wahyu Saputri
NPM: 151510713

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto Hidup:*Jika mempunyai cita cita yang besar harus lebih berusaha keras dalam menggapainya. Dengan seiring doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT. Jika masih belum menemukan titik terang bersabarlah karena Allah sedang menyiapkan sesuatu yang indah.*

Persembahaan:*Terima Kasih Kepada Orang tua saya Ibu Yuliana dan Bapak Yasman yang selalu memberikan Support dan Doa kepada saya. Keluarga Paulus sehman yang tetap semangat memberikan dukungan. Teman-teman seangkatan yang akrab sekali sudah saya anggap best friend Endin, Kak Bitu ,Irneta Bella dan Vina, juga Adik sepupu saya Reka yang telah banyak memberikan waktunya untuk saya membantu saya dari sidang akhir dan hasil.*

I love U 3000.♥♥♥



BIODATA PENULIS

Nama : Devi Bayu Wahyu Saputri
Tempat, Tanggal Lahir : Singkawang, 28 April 1994
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Nama Orang Tua : Yasman/Yuliana
Alamat : Jl.Tanjung Batu, Jl Sejati gg. Sakura no 55,
Singkawang Selatan
Email : devibayuws@gmail.com

JENJANG PENDIDIKAN

SD : SDN 7 Singkawang Barat (2000- 2006)
SMP : SMPN 7 Singkawang Selatan (2007-2009)
SMA : SMAN 2 Singkawang Barat (2010-2012)
D III : D III Kebidanan Poltekkes Kemenkes
Pontianak (2012-20150)

S1 : Universitas Muhammadiyah Pontianak,
Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Kesehatan
masyarakat, Peminatan Gizi Kesehatan
Masyarakat (2015-2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “ **Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* Terhadap Perubahan Pengetahuan Buah dan Sayur di SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya**”

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bimbingan, arahan dan dukungan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada Ibu **Marlenywati.S.Si.,M.KM** selaku pembimbing utama dan Bapak **Abrori, S.Pd, M.Kesselaku** pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta dengan penuh kesabaran memberikan pengarahan dan membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

1. Bapak Dr. Helman Fachri, SE, MM Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Pontianak.
2. Ibu Dr.Linda Suwarni, SKM, M.Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat

3. Bapak Abdul Ridha, SKM, M.PH selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat.
4. Seluruh Staf dan Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat yang membantu kelancaran penyelesaian pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak.
5. Kepala Sekolah Ibu Goldo Canda, M.I di SD Kristen Immanuel 2 Kabupaten Kubu Raya yang telah memberikan waktu dan tempat untuk penelitian kepada saya.
6. Kedua orang tua keluarga dan teman-teman yang telah memberikan dukungan kepada saya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena, itu penulis berharap untuk dapat memperoleh saran, masukan dan kritikan yang membangun demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak demi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang ilmu gizi.

Pontianak, 20 Desember 2019

Penulis

Devi Bayu Wahyu Saputri

ABSTRAK

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
SKRIPSI, 11 NOVEMBER 2019**

DEVI BAYU WAHYU SAPUTRI

**MEDIA PENDIDIKAN GIZI *NUTRITION CARD* TERHADAP PERUBAHAN
PENGETAHUAN BUAH DAN SAYUR DI SD KRISTEN IMMANUEL
II KABUPATEN KUBU RAYA**

Xvii + 55 + 10 tabel + 8 Gambar + 13 Lampiran

Media pendidikan digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat. Data *Who Health Organization* (WHO) tahun 2013 menunjukkan wilayah Asia Tenggara pada pemberian buah dan sayur yaitu 13% konsumsi buah dan sayur. Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2017 Kabupaten Kubu Raya konsumsi buah dan sayuran perhari terjadi penurunan pada buah-buahan 0,56 gram, kenaikan mengkonsumsi sayur-sayuran 1,95 gram. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada 3 Sekolah Dasar Swasta di Kubu Raya. Survei dengan nilai terendah yaitu di SD Kristen Immanuel II terdapat skor rendah nilai pengetahuan Kurang 70%, baik 30%. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* terhadap perubahan pengetahuan Buah dan Sayur terhadap siswa di SD Kristen Immanuel. Metode penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan menggunakan *one grup Pre-Test post-test design*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian adalah 30 siswa. Hasil Uji statistik yang digunakan adalah Uji Wilcoxon. Hasil penelitian terjadi peningkatan mean rank pengetahuan pada kelompok *Pre-Test* dan *Post-test* sebesar 15,50. Hasil Uji Wilcoxon diperoleh *p value* = 0,000 (< 0,05). Dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *Nutrition Card* terhadap pengetahuan buah dan sayur. Saran hasil penelitian ini dapat memperkenalkan

media *Nutrition Card* untuk memberikan pengaruh dan perubahan pengetahuan buah dan sayur pada anak Sekolah Dasar.

**Kunci: *Media Nutrition Card*, Buah dan Sayur, Pengetahuan
Daftar Pustaka: 30 (2000-2019)**

ABSTRACT

**FACULTY OF HEALTH SCIENCE
THESIS, 11 NOVEMBER 2019**

DEVI BAYU WAHYU SAPUTRI

***NUTRITION CARD* AS NUTRIENT EDUCATION MEDIA AND ITS
IMPACT ON CHANGES IN KNOWLEDGE OF FRUITS AND
VEGETABLES AT KRISTEN IMMANUEL II ELEMENTARY
SCHOOL IN KUBU RAYA DISTRICT**

Xvii + 55 + 10 table + 8 Images + 13 attachments

Educational media is used to deliver the health messages to people easily. Based on the data of World Health Organization (WHO) in 2013, the percentage of the provision of fruits and vegetables in Southeast Asia region was 13 percent. In 2017, Statistics Indonesia showed that in Kubu Raya District, there was a decrease in daily consumption of fruits by 0.56 grams and an increase in vegetables consumption by 1.95 grams. The result of initial survey conducted by researcher at three private Elementary Schools in Kubu Raya showed the lowest score of fruits and vegetables knowledge was Kristen Immanuel II Elementary School, namely, a lack of knowledge score is 70 percent and a good knowledge score is 30 percent. The purpose of this study is to determine the impact of nutrition card which are used as nutrient education media on changes in knowledge of fruits and vegetables of student at Kristen Immanuel II Elementary School. This research used quasi experiment method and one group pre-test post-test design. The number of samples used in this study was 30 students. The statistical test result used in this study was the Wilcoxon Test. The result pointed to an increase in the mean rank of knowledge in the Pre-Test and Post-test groups by 15.50. Wilcoxon Test result was obtained p value

= 0,000 (<0.05). It can be concluded that there was an increase in knowledge before and after the nutrition card was given to the students. Based on the conclusion above, the suggestion is this study can introduce the nutrition card as educational media to influence and change the knowledge of fruits and vegetables in elementary school students.

Keywords: *Nutrition Card* Media, fruits and vegetables, knowledge

Bibliography: 30 (2000-2019)

DAFTAR ISI

JUDUL	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
BIODATA PENULIS.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR ISTILAH	xix
BAB IIPENDAHULUAN.....	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6

1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	
2.1 Media Pendidikan Kesehatan	9
2.2 Pengetahuan.....	12
2.3 Buah dan Sayur	14
2.4 Kecukupan Konsumsi Buah dan Sayur	23
2.5 Landasan Teori Stimulus-Organism-Respons (S-O-R).....	24
2.6 Kerangka Teori.....	24
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konsep	25
3.2 Variabel Penelitian	26
3.3 Definisi Operasional.....	26
3.4 Hipotesis.....	27
BAB IV METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian.....	28
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	28
4.3 Populasi dan Sampel	29
4.4 Teknik dan Instrumen Pengumpulan data.....	31
4.5 Teknik Pengolahan dan Penyampaian Data	34
4.6 Teknik Analisa Data.....	35
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
5.1 Hasil Pembahasan.....	37
5.2 Pembahasan	49
5.3 Keterbatasan	52
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	53
6.2 Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR SINGKATAN

AECT	: <i>Asociation of Education Comunication Technology</i>
BAB	: Buang Air Besar
BPS	: Badan Pusat Statistik
CRT	: <i>Computer Tecnologi Research)</i>
Depkes	: Departemen Kesehatan
Germas	: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat
IGF	: <i>Insulin Growt Factor</i>
Pusdatin	: Pusat Data Informasi dan Informasi Kesehatan RI
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: <i>Word Health Organization</i>
WFI	: <i>World Food Programe</i>
SD	: Sekolah Dasar

DAFTAR TABEL

1.1	Jurnal Pendukung.....	6
3.1	Definisi Operasional.....	26
5.1	Gambaran Proses Penelitian.....	38
5.2	Tahapan Eksperimen.....	39
5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur.....	41
5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
5.5	Hasil Uji Normalitas Data Pengetahuan Per-test dan Post-test...	43
5.6	Distribusi Frekuensi Responden Pengetahuan Pre-test dan Post-test Responden.....	44
5.7	Distribusi Tingkat Pengetahuan Pre-test dan post-test Pada Tiap Kelompok Bermain.....	44
5.8	Distribusi pertanyaan berdasarkan Jawab <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	46
5.9	Uji Wilcoxon Pada Tingkat Pengetahuan Pre-test dan Post-test	48

DAFTAR GAMBAR

2.2	Kerangka Teori.....	24
3.1	Kerangka Konsep.....	25
4.1	<i>One Grup Pre-test dan Post-test</i>	28
4.2	Alur Penelitian	32
5.1	SD Kristen Imanuel II Kabupaten Kubu Raya.....	37
5.2	Alur Proses Penelitian	41
5.3	Distribusi Jumlah Responden Yang Benar Pada Pertanyaan Saat Pre-test dan Post-test.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Verifikasi Media
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian Kampus
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian Sekolah
Lampiran 4	Surat Izin Selesai Penelitian Sekolah
Lampiran 5	SAP (Satuan Acara Penyuluhan)
Lampiran 6	Lembar Daftar Hadir
Lampiran 7	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 8	Kuesioner Pre-test
Lampiran 9	Kuesioner Post-test
Lampiran 10	Lembar evaluasi
Lampiran 11	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 12	<i>Nutrition Card</i>
Lampiran 13	Output Spss

DAFTAR ISTILAH

Beta Karoten:	: Pigmen berwarna dominan merah-jingga yang ditemukan secara alami pada tumbuhan dan buah buahan.
<i>Billboard</i>	:Bentuk Promosi Iklan luar ruangan dan memiliki ukuran yang cukup besar.
<i>Booklet</i>	:Bentuk Publikasi singkatan berbentuk selebaran yang berisi keterangan atau informasi tentang sebuah perusahaan,produk, atau bentuk layanan lainnya.
Defekasi	:Pengeluaran zat sisa yang berbentuk zat padat.
Demensia	:Sekumpulan gejala penurunan fungsi otak yang ditandai dengan kesulitan mengingat (pikun) dan berfikir.
Diabetes	:Penyakit yang berlangsung lama atau kronis serta ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi atau di atas nilai normal
<i>Film Strip</i>	:bentuk multimedia pembelajaran gambar diam, yang dulu biasa digunakan oleh para pendidik di sekolah-sekolah dasar dan menengah.
<i>Flayer</i>	:lembaran yang tercetak secara tunggal tidak ada lipatan dan digunakan untuk menarik perhatian terhadap sebuah acara,pelayanan produk, ataupun ide.
<i>Flipchart</i>	: lembaran-lembaran kertas yang disatukan menggunakan benda khusus sehingga menyerupai album atau kalender.
Flavonoid	: senyawa yang terdiri dari 15 atom karbon yang umumnya tersebar di dunia tumbuhan.
Insulin	: hormon yang di hasilkan pankreas untuk mengolah gula.
Jantung koroner	: kondisi ketika pembuluh darah jantung (arteri koroner) tersumbat oleh timbunan lemak.
Kanker	: ketidak teraturan perjalanan hormon yang mengakibatkan tumbuhnya daging pada jaringan tubuh yang normal atau sering di kenal tumor ganas.
Konstipasi	: frekuensi buang air besar yang lebih sedikit dari biasanya.
<i>Leaflet</i>	: Salah satu bentuk publikasi singkat yang mana biasanya berbentuk selebaran yang berisi keterangan atau informasi tentang sebuah perusahaan, produk, organisasi atau bentuk

	layanan lain.
Metabolisme	: Semua reaksi kimia yang terjadi di dalam organisme, termasuk yang terjadi di tingkat sel.
Mikronutrien	: Zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah sedikit, namun mempunyai peran yang sangat penting dalam pembentukan hormon, aktivitas enzim serta mengatur fungsi sistem imun dan sistem reproduksi.
Ovarium	:Indung telur adalah kelenjar kelamin yang dibawa oleh hewan betina.
Slide	: suatu film transparasi yang berukuran 35 mm dengan bingkai 2x2 inci, sebagai alat bantu untuk menjelaskan sesuatu yang cukup sulit dengan mempermudah dalam menyampaikan pesan kepada audiens.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Buah dan sayur merupakan sumber kelompok pangan dari zat gizi mikro yang penting bagi proses metabolisme tubuh. Hasil kajian bahwa konsumsi buah dan sayur yang cukup berperan dalam menjaga kenormalan tekanan darah, kadar kolesterol darah, menurunkan risiko stroke, obesitas, kegemukan, mencegah demensia, penyakit kronis seperti jantung koroner, diabetes, dan beberapa jenis kanker, serta dalam pengentasan defisiensi mikronutrien. Secara keseluruhan diperkirakan 2,7 juta (1.8%) jiwa berpotensi konsumsi buah dan sayur yang cukup meningkat. (Hidayanti, Suyatno & Aruben 2017)

Konsumsi sayur dan buah yang belum memadai berpengaruh terhadap suplai vitamin, mineral serta serat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Masih tingginya masalah gizi di masyarakat diduga berkaitan dengan pola konsumsi makanan di masyarakat yang belum sesuai dengan *lifestyle* dan gaya hidup sehat pada berbagai kelompok umur, terutama pola makan dalam konteks gizi seimbang. (Hermina & S 2016)

World Health Organization (WHO) dengan hasil survei pada tahun 2013, menunjukkan bahwa wilayah Asia Tenggara pada pemberian buah dan sayur yaitu 13 %, terendah dibandingkan dengan wilayah Eropa 47 % dan Pasifik Barat 32 %.

Konsumsi buah lebih sedikit daripada konsumsi sayur, yaitu 67 gram sedangkan sayur sebesar 107 gram perkapita per hari. Penduduk Indonesia

mengonsumsi buah dan sayur, sebanyak 97,3 persen mengonsumsi sayur dan 73,6 persen mengonsumsi buah pada tahun 2016. Konsumsi buah dan sayur menunjukkan tren penurunan selama periode lima tahun terakhir. Konsumsi buah mengalami penurunan lebih sedikit yaitu sebesar 3,5 persen sedangkan konsumsi sayur mengalami penurunan sebesar 5,3 persen. (WFP 2017)

Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) tahun 2018 pada proporsi konsumsi buah atau sayur di Kalimantan Barat dengan 92,2 % urutan 5 terbawah di Indonesia yaitu Maluku 92%, Kepulauan Riau 91 %, Yogyakarta 90,5 % dan Papua Barat 89,6% urutan terendah. Porsi kurang makan buah dan sayur perhari dalam seminggu menurut karakteristik tidak mengonsumsi umur 10-14 tahun 96,8 % lebih tinggi dibandingkan dengan anak umur 5-9 tahun yaitu 96,7 % dan 15-19 tahun 96,4%.

Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Kubu Raya tahun 2017 konsumsi buah dan sayuran perhari terjadi penurunan pada buah-buahan 0,56 gram, kenaikan mengonsumsi sayur-sayuran 1,95 gram. Dibandingkan tahun 2016 konsumsi buah-buahan terjadi peningkatan yaitu 0,62 gram, sayur-sayuran 1,70 gram.

Kurangnya mengonsumsi buah dan sayur berdampak pada tubuh seperti masalah Buang Air Besar (BAB), risiko kanker meningkat, peningkatan berat badan, tekanan darah tinggi, peningkatan risiko penyakit tidak menular dalam Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) 2018. Kementerian Kesehatan tahun 2017 menyatakan kurangnya mengonsumsi buah dan sayur berdampak dalam berbagai penyakit tidak menular seperti tidak normalnya tekanan darah, sembelit,

kegemukan. Menurut Oemiati, tahun 2011, pada anak usia 2-9 tahun mengkonsumsi makanan buah dan sayur mencegah kerusakan sel. Faktor risiko penyakit kanker antara lain merokok, faktor gaya hidup khususnya konsumsi sayur dan buah serta aktivitas fisik.

Di wilayah yang akan diteliti peneliti, faktor risiko kurangnya konsumsi buah dan sayur yaitu banyak anak-anak yang memiliki berat badan berlebih, faktor individu yaitu pengetahuan, faktor kesukaan pada buah dan sayur tertentu. Dinas Kesehatan Kubu Raya melakukan pencegahan dengan penerapan paradigma sehat lintas sektor melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). Pusat Data Informasi dan Informasi Kesehatan RI (Pusdatin) tahun 2018 melakukan perbaikan gizi masyarakat melalui perbaikan pola konsumsi makan, perbaikan perilaku sadar gizi, peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi serta kesehatan sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi.

Hasil penelitian Marini,(2015) menunjukkan uji statistik menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh nilai $<(0.05)$ pada pengetahuan, $<(0.05)$ pada sikap dan $<(0.05)$ pada tindakan Untuk pengetahuan pola konsumsi buah dan sayur secara efektif dilaksanakan oleh pihak sekolah dengan adanya pendidikan secara formal dan adanya bimbingan dari petugas kesehatan dengan metode bermain karena karakter anak-anak yang suka bermain.

Hasil Penelitian Desi, (2018) menyatakan bahwa ada perbedaan konsumsi sayur sesudah pendidikan gizi melalui permainan wayang ($p=0,000$). Terdapat pengaruh signifikan konsumsi buah melalui permainan wayang ($p=0,000$).

Pendidikan gizi melalui permainan wayang mampu meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak taman kanak-kanak.

Hasil penelitian Kusumarani,(2018)Menyatakan bahwa terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi melalui media komik ($p<0,005$) namun tidak terdapat perbedaan peningkatan sikap antara kedua kelompok ($p>0,005$).

Hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada 3 Sekolah Dasar Swasta di Kubu Raya. Survei pertama yaitu di SD kristen Immanuel II terdapat skor rendah nilai pengetahuan Kurang 70%, baik 30%. Survei kedua di SD IT Al Karima nilai skor pengetahuan kurang yaitu kurang 20%, pengetahuan baik 20%. Survei ketiga di SD Santa Monica yaitu skor pengetahuan kurang 20% dan skor pengetahuan baik 10%.

Hasil skor yang diperolehpeneliti melakukan penelitian di SD Kristen Immanuel 2 Kubu Raya. Peneliti juga melakukan wawancara kepada Kepala Sekolah bahwa masih belum terpaparnya penggunaan Media *Nutrition Card* tentang buah dan sayur. Tujuan Peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui *Pre test* dan *Post test* tentang pengetahuan buah dan sayur, dan melakukan edukasi Media Pendidikan *Nutrition Card*.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan tema “Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* TerhadapPerubahan Pengetahuan Buah Dan Sayur Di SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya.”.

1.2 Rumusan Masalah

Media pendidikan digunakan dalam menyampaikan pesan gizi kepada anak usia sekolah dasar adalah media visual berupa *Nutrition Card*. Pemilihan media ini sebagai alternatif menyampaikan pesan gizi karena berdasarkan hasil observasi, saat ini bermain kartu menjadi salah satu permainan yang sering dilakukan oleh anak-anak. (Wahyuningsih 2015)

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Buah dan Sayur di SD Kristen Immanuel II kabupaten Kubu Raya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* terhadap perubahan pengetahuan Buah dan Sayur pada anak di SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengetahuan buah dan sayur sebelum diberikan intervensi media *Nutrition Card* di Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya. (*Pre-Test*)
2. Untuk Mengetahui pengetahuan tentang buah dan sayur setelah diberikan intervensi media *Nutrition Card* di Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya. (*Post-test*)

3. Mengetahui Pengaruh media *Nutrition Card* terhadap perubahan pengetahuan buah dan sayur setelah dilakukan intervensi terhadap siswa-siswi di Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Siswa Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini dapat memperkenalkan media pendidikan dengan *Nutrition Card* memberikan pengaruh terhadap pengaruh dan perubahan pengetahuan buah dan sayur pada anak Sekolah Dasar.

1.4.2 Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini memberikan informasi mengenai Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan buah dan sayur pada anak Sekolah Dasar.

1.4.3 Bagi Universitas Muhammadiyah Pontianak

Hasil penelitian ini dijadikan referensi dan studi pendahuluan guna menambah bahan bacaan di perpustakaan Muhammadiyah khususnya mengenai perbedaan terhadap sebelum dan sesudah diberikan Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card*.

1.4.4 Bagi peneliti

Sebagai pengalaman menganalisis secara ilmiah suatu permasalahan dengan mengaplikasikan dengan teori-teori yang ada dan teori-teori yang diperoleh

selama mengikuti perkuliahan di Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pontianak

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Jurnal pendukung

No	Judul Penelitian	Nama penelitian	Desain Penelitian, Variabel dan Hasil Penelitian	Perbedaan
1	Edukasi media kartu bergambar berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pemilihan jajanan sehat di SD Negeri Pontianak Utara	Septiana, dkk. 2018	Desain Penelitian: <i>Quasieksperiment</i> dengan rancangan <i>Pre-Test-postest design with control group design</i> Variabel bebas: Pengetahuan dan sikap pemilihan jajanan Variabel terikatnya: Media Kartu Bergambar Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap ($p=0,000$) anak dalam pemilihan jajanan sehat.	Variabel bebas, dan desain penelitian
2	Pendidikan Menggunakan Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar	Azadirachta, dkk. 2017	Desain Penelitian: <i>quasy experiment with Pre-Testpost-test control group design.</i> Variabel bebas: Pengetahuan dan praktik sayur dan buah Variabel bebas: Media buku saku Hasil Penelitian: Terdapat perbedaan signifikan pada pengetahuan ($p=0,000$) dan praktik ($p=0,000$) antara sebelum dan sesudah diberi media buku saku.	Desain Penelitian, dan Media Penelitian
3	Media Pendidikan Gizi <i>Nutrition Card</i> berpengaruh terhadap	Wahyuningsih, dkk. 2015	Desain penelitian: eksperimen quansi dengan <i>pos-test Pre-Test control grup</i> Variabel bebas`:	Desain penelitian dan Variabel.

	perubahan pengetahuan makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar		Pengetahuan makanan jajanan Variabel terikat: Media pendidikan Gizi <i>Nutrition Card</i> . Hasil penelitian: Berdasarkan hasil uji statistik <i>mann whitney</i> , terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan ($p < 0,05$) sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media <i>nutrition card</i> . Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemberian pendidikan gizi dengan media <i>Nutrition Card</i> dapat meningkatkan pengetahuan tentang	
--	--	--	--	--

Berdasarkan dari penelitian tersebut yang menjadi perbedaan penelitian yang dilakukan penelitian sebelumnya adalah: penelitian ini penulis meneliti tentang buah dan sayur pada anak Sekolah Dasar. Metode penelitian ini juga menggunakan *quansi experiment with one group Pre-Test and post-test*. Lokasi tempat penelitian yaitu SD Kristen Immanuel 2 Kabupaten Kubu Raya.

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Pembahasan

5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian



Gambar 5.1 SD kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya
Sumber data primer, 2019

Penelitian ini dilakukan Sekolah Dasar Swasta (SDS) Kristen Immanuel II Kubu Raya yang beralamat di JL. Adisucipto Km 8,5 Desa Parit Baru Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya.

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Sungai Kapuas
- b. Sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Sungai Raya
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan Pontianak Timur
- d. Sebelah selatan selatan dengan Kabupaten Kubu Raya

Sekolah ini mulai beroperasi sejak tahun 1998 yang sekarang dipimpin oleh Goldo Canda M.L, S.Pd selaku kepala Sekolah. Pada tahun ajaran 2019/2020

jumlah siswa yang bersekolah di SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya sebanyak 634 siswa. Aktifitas belajar mengajar berlangsung pada pagi hari mulai dari hari senin hingga jumat.

5.1.2 Gambaran Proses Penelitian

Tabel 5.1 Gambaran Proses Penelitian

No	Uraian Kegiatan	Waktu
1	Perizinan Ke Sekolah	30 Oktober 2019
2	Penentuan Jadwal Penelitian Kepada Kepala Sekolah	30 Oktober 2019
3	Proses Penelitian (<i>Pre-Test</i>)	31 oktober 2019
4	Proses Penelitian 1	31 oktober 2019
5	Proses Penelitian 2	7 November 2019
6	Proses Penelitian 3 (<i>Post-Test</i>)	7 November 2019
7	Penyusunan Laporan	8 November 2019

Melakukan perizinan pada bulan 31 Oktober 2019 kepada Kepala Sekolah SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya. Penelitian mengenai Pengaruh Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* terhadap perubahan pengetahuan buah dan sayur pada siswa kelas 5. Kepala sekolah menentukan jadwal dan ditetapkan 31 oktober sampai dengan 7 November 2019. Penelitian dilakukan 1 kali dalam seminggu dengan mengambil jam pelajaran olahraga selama 30 menit.

Proses penelitian dilakukan pada tanggal 31 oktober dan 7 November 2019 dimulai pukul 07.00 sampai dengan 09.45. Pertama kali peneliti pengenalan diri, membagikan lembar absensi, lembar persetujuan dan mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test* kepada responden. Setelah itu melakukan bermain *Nutrition*

Card selama 20 menit Intervensi di lakukan pada kelompok 1,2 dan 3 dengan frekuensi bermain yang berbeda. Pada Kelompok pertama di lakukan Frekuensi bermain 4 kali, kelompok kedua dengan frekuensi 2 kali, kelompok 3 dilakukan 3 kali bermain. Setelah selesai melakukan intervensi dilakukan evaluasi.

Tabel 5.2
Tahapan Eksperimen

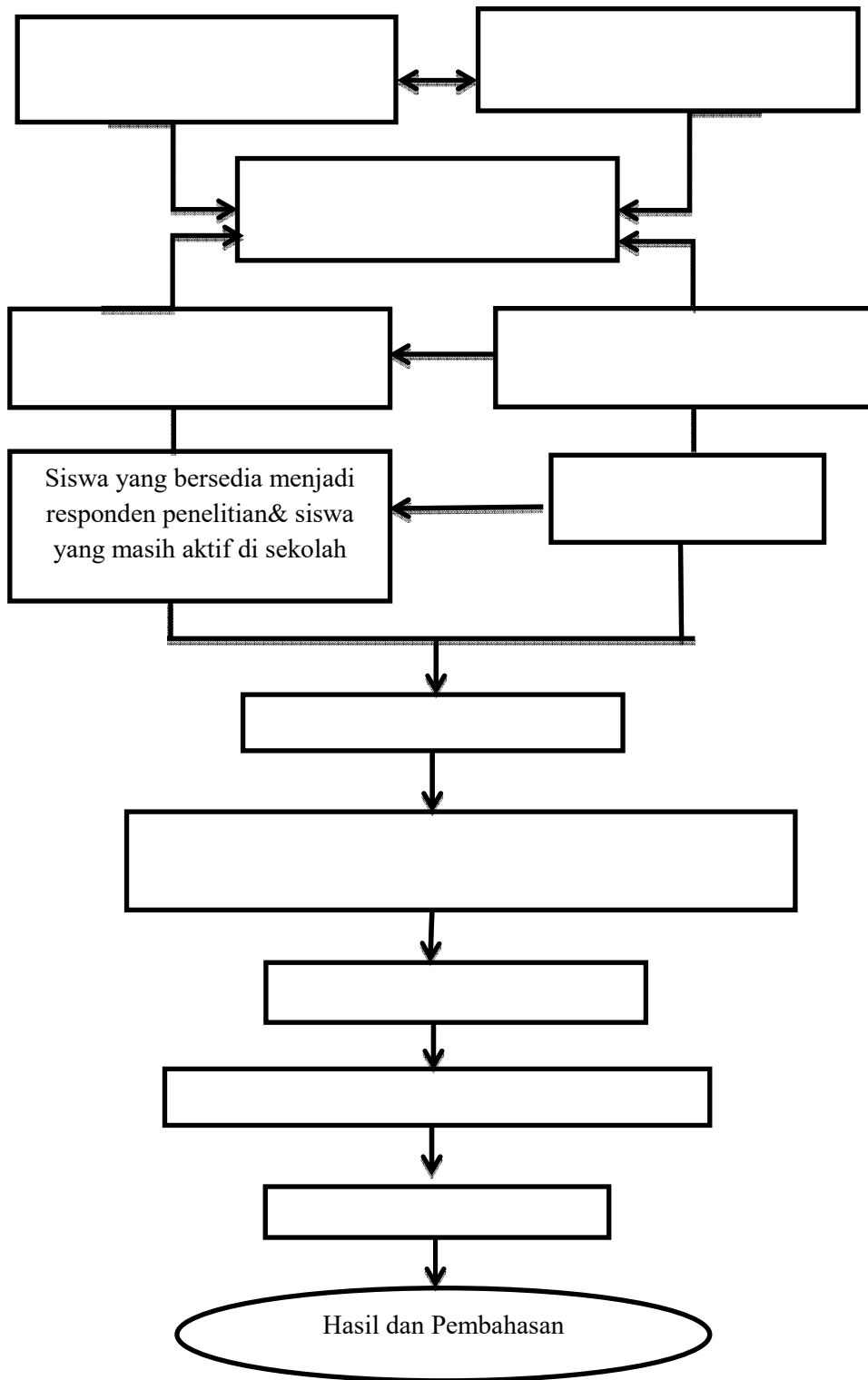
Tanggal	Kegiatan	Waktu
31 Oktober 2019	- Pengenalan Penelitian	Pukul 07.00- 07.02
	- Responden Mengisi Kuesioner <i>Pre-Test</i>	Pukul 07.00- 07.10
	- Persiapan bermain <i>Nutrition Card</i>	Pukul 07. 11- 07.29
	- Penutupan	Pukul 07.30
7November 2019	- Persiapan bermain <i>Nutiriton Card</i>	Pukul 07.00- 07.20
	- Responden Mengisi Kuesioner <i>post-test</i>	Pukul 07.21- 07. 29
	- Penutup	Pukul 07.30

Penelitian dilakukan pada hari kamis, 31 oktober 2019 pukul 07.00-07.30 WIB. Tahap pertama pemberian kuesioner Pre-Test pengetahuan selama 10 menit. Setelah responden menjawab kuesioner Pre-Test yang diberikan, kemudian responden diberikan media permainan *Nutrition Card* tentang buah dan sayur pada hari yang sama. Pemberian intervensi dengan media *Nutrition Card* sebanyak 2 kali yani pada tanggal 31 oktober dan 7 November 2019. Pemberian Media *Nutrition Card* pada kelompok pertama dilakukan 4 kali permainan, pada kelompok ke 2 dilakukan 2 kali permainan dan kelompok ke 3 dengan 3 kali permainan. Setiap permainan di lakukan 20 menit.

Setelah Permainan Media *Nutrition Card* telah diberikan sesuai dengan kelompok, di lakukan *post-test* pada tanggal 7 November 2019 dengan kuesioner

yang sama pada saat *Pre-Test*. Hal tersebut, peneliti lakukan untuk menguji *Short Term Memory* pada kelompok tersebut. Untuk jadwal tahapan kegiatan dapat dilihat pada table diatas.

5.1.4 Alur Proses Penelitian



Gambar 5.2 Alur proses penelitian

5.1.5 Karakteristik Responden

Adapun siswa yang digunakan sebagai responden didalam penelitian ini sebanyak 30 orang, yang karakteristiknya dapat digambarkan berdasarkan umur dan jenis kelamin.

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur Responden	F	%
9 tahun	3	10
10 tahun	21	70
11 tahun	3	10
12 tahun	3	10
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 5.3 diketahui proporsi kelompok paling banyak yaitu umur 10 tahun 21 orang responden (70%), kelompok umur 9 tahun sebanyak 3 orang responden (10%), kelompok 11 tahun sebanyak 3 orang responden (10%), dan 12 tahun sebanyak 3 orang responden (10%).

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	%
Laki-laki	15	50
Perempuan	15	50
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa sebgain besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 15 orang responden (50%) dan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 orang responden (50%).

5.1.4 Uji Normalitas Data

Uji Normalitas data sampel dilakukan dengan Uji *Shapiro Wilk* data sampel terdistribusi secara normal apabila hasil uji terhadap data sampel sebagaimana yang terlihat pada table.

Distribusi dikatakan normal apabila nilai sig > 0,05, maka yang digunakan adalah uji statistik parametrik. Bila data berdistribusi tidak normal yaitu nilai sig <0.05 yang digunakan adalah uji ststistik non parametrik.

Table 5.5
Hasil Uji Normalitas data Pengetahuan Pre-Test dan *Post-test*

No	Variable		statistic	df	Sig
1	Pre-Test Pengetahuan	<i>Shapiro Wilk</i>	0,955	30	0,236
2	<i>Post-test</i> Pengetahuan	<i>Shapiro Wilk</i>	0,922	30	0,031

Sumber: data primer 2019

Berdasarkan Table 5.5 normalitas tingkat pengetahuan responden pada saat sebelum intervensi dan setelah intervensi, di mana tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi. Sedangkan tingkat sebelum intervensi (*Pre-Test*) didapatkan nilai rasio statsitik *Shapiro Wilk*: Nilai Sig 0,236 yang lebih besar dari 0,05 berada berdistribusi normal. Sedangkan tingkat pengetahuan responden setelah intervensi (*post-test*) didapatkan nilai Rasio ststistik *Shapiro Wilk*: Nilai Sig: 0,031 (<0,05) berdistribusi tidak normal, karena data tidak berdistribusi normal maka dilakukan uji Wilcoxon.

5.1.5 Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisi yang dilakukan pada masing masing variable. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan setiap variable yang

diamati dalam proses penelitian meliputi pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan menggunakan media *Nutrition Card*.

5.1.5.1 Tingkat Pengetahuan Responden

Kategori pengetahuan kelompok eksperimen dalam penelitian ini juga didasarkan pada normalitas data. Berdasarkan hasil uji normalitas *Pre-Test* data berdistribusi normal dan *post-test* tidak normal.

Tabel 5.6
Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-test* Responden

Kategori Pengetahuan	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-test</i>	
	F	%	F	%
Baik	13	43,3	27	90
Kurang Baik	17	56,7	3	10
Total	30	100	30	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan Table 5.6 diketahui bahwa jumlah responden yang memiliki pengetahuan baik pada saat *Pre-Test* adalah 13 responden (43,3 %), pengetahuan kurang adalah 17 responden (56,7 %). Pada saat *Post-test* diketahui bahwa jumlah responden yang memiliki pengetahuan baik adalah 27 responden (90 %), sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 3 responden (10 %).

5.1.5.2 Tingkat Pengetahuan pada tiap kelompok bermain

Tabel 5.7
Distribusi Tingkat Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-test* pada tiap kelompok bermain

No	Hasil bermain	N	Mean Rank
1	Kelompok 1 (frekuensi 4 kali)	10	16,80
2	Kelompok 2 (frekuensi 2 kali)	10	14,60
3	Kelompok 3 (Frekuensi 3 kali)	10	14,95
	Total	30	

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 5.7 tingkat pengetahuan Pre-Test dan *post-test* berdasarkan kelompok bermain dari nilai Mean Rank. Peringkat pada kelompok 1 lebih tinggi yaitu 16,80 dengan frekuensi bermain 4 kali. Sedangkan pada Kelompok 2 tingkat pengetahuan terendah 14,60 frekuensi bermain 2 kali, dibandingkan dengan kelompok 3 yaitu 14,95 dengan frekuensi bermain 3 kali..

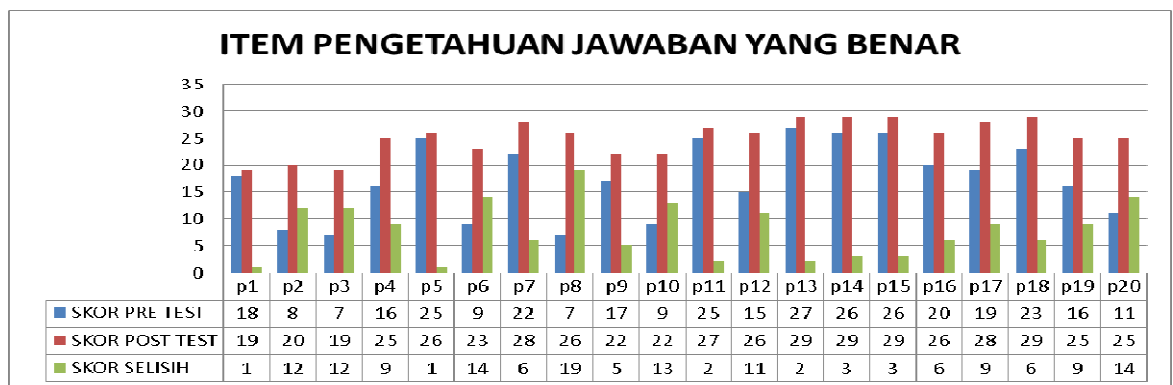
Setelah dilakukan intervensi bermain menggunakan Nutrition Card pengetahuan anak sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) mengalami peningkatan dengan frekuensi bermain yang berbeda.

5.1.5.2 Distribusi pertanyaan berdasarkan Jawab *Pre-test* dan *Post-test*

Tabel 5.8
Distribusi pertanyaan berdasarkan Jawab *Pre-test* dan *Post-test*

No	Pertanyaan	Pre-Test				Post-Test				Selisih
		B	%	S	%	B	%	S	%	
1	Kandungan Buah dan sayur	18	60	12	40	19	63,3	11	36,7	1
2	Manfaat Vitamin A	8	26,7	22	73,3	20	66,7	10	33,3	12
3	Manfaat vitamin C	7	23,3	23	76,7	19	36,7	19	63,3	12
4	Kandungan zat Besi pada Sayur	16	53,3	14	46,7	25	83,3	5	16,7	9
5	Vitamin C terdapat di buah mangga	25	83,3	5	16,7	26	86,7	4	13,3	1
6	Buah Alpukat mengandung Vitamin E	9	30	21	70	23	76,7	7	23,3	14
7	Sayur Bayam mengandung Vitamin A	22	73,3	8	26,7	28	93,3	2	6,7	6
8	Kandung Sayur Kacang Panjang	7	23,3	23	76,7	26	86,7	4	13,3	19
9	Manfaat Buah Jagung bagi Tubuh	17	56,7	13	43,3	22	73,3	8	26,7	5
10	kandungan vitamin A terdapat di buah warna merah	9	30	21	70	22	73,3	8	26,7	13
11	Kandungan Vitamin C terdapat di buah kuning dan Oren	25	83,3	5	16,7	27	90	3	10	2
12	Manfaat Vitamin K Bagi tubuh	15	50	15	50	26	86,7	4	13,3	11
13	Manfaat buah Wortel bagi tubuh	27	90	3	10	29	96,7	1	3,3	2
14	Buah dan sayur yang tidak kayak di konsumsi	26	86,7	4	13,3	29	90	3	10	3
15	Cara sebelum mengkonsumsi buah dan sayur	26	86,7	4	13,3	29	96,7	1	3,3	3
16	Dampak tidak makan buah dan sayur	20	66,7	10	33,3	26	86,7	4	13,3	6
17	Serat pada buah dan sayur terhindar gangguan Pencernaan	19	63,3	11	36,7	28	93,3	2	6,7	9
18	Dampak bagi usus tidak mengkonsumsi buah dan sayur	23	76,7	7	23,3	29	96,7	1	3,3	6
19	Dampak tidak mengkonsumsi buah yg mengandung vit C	16	53,3	14	46,7	25	83,3	5	16,7	9
20	Konsumsi buah dan sayur dalam sehari	11	36,7	19	63,3	25	83,3	5	16,7	14

Berdasarkan Table 5.8 dapat di lihat bahwa ada beberapa pertanyaan yang tidak mengalami peningkatan yang signifikan atau yang sedikit di jawab dengan benar saat post-test oleh responden adalah nomor 1,2,9, dan 10. Pertanyaan yang paling sedikit dijawab adalah no 2 tentang “Manfaat vitamin A” hanya 20 orang (66,7 %). Kemudian pertanyaan yang paling sedikit dijawab adalah no 1 tentang “kandungan buah dan sayur” hanya 19 orang yang menjawab benar 19 orang (63,3 %).



Legenda:

- | | | | |
|-----|--|-----|--|
| p1 | :Kandungan Buah dan sayur | p11 | : Kandungan Vitamin C terdapat di buah kuning dan Oren |
| p2 | : Manfaat Vitamin A | p12 | :Manfaat Vitamin K Bagi tubuh |
| p3 | : Manfaat vitamin C | p13 | : Manfaat buah Wortel bagi tubuh |
| p4 | : Kandungan zat Besi pada Sayur | p14 | : Buah dan sayur yang tidak kayak di konsumsi |
| p5 | : Vitamin C terdapat di buah mangga | p15 | :Cara sebelum mengkonsumsi buah dan sayur |
| p6 | : Buah Alpukat mengandung Vitamin E | p16 | :Dampak tidak makan buah dan sayur |
| p7 | :Sayur Bayam mengandung Vitamin A | p17 | :Serat pada buah dan sayur terhindar gangguan pencernaan |
| p8 | :Kandung Sayur Kacang Panjang | p18 | : Dampak bagi usus tidak mengkonsumsi buah dan sayur |
| p9 | :Manfaat Buah Jagung bagi Tubuh | p19 | :Dampak tidak mengkonsumsi buah yg mengandung vit C |
| p10 | : Kandungan vitamin A terdapat di buah warna merah | p20 | :Konsumsi buah dan sayur dalam sehari |

Gambar 5.3
Distribusi jawaban Responden yang benar pada
Pertanyaan saat Pre-Test dan *Post-test*

Bedasarkan gambar 5.3 dapat diketahui bahwa seluruh skor pengetahuan akhir (*post-test*) mengalami peningkatan dibandingkan skor pengetahuan awal

(Pre-Test) sebelum diberikan edukasi menggunakan Media *Nutrition Card*. Peningkatan skor *post-test* tertinggi dengan selisih sebanyak 19 skor yaitu pada pertanyaan no 8 (P8) tentang “kandungan sayur pada kacang panjang”. Sedangkan peningkatan paling sedikit dengan selisih sebanyak 1 skor pada pertanyaan nomor 1(P1) tentang kandungan buah dan sayur. Pada pertanyaan nomor 5 (P5) dengan selisih 1 yaitu tentang buah dan sayur yang tidak layak di konsumsi.

5.1.6 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini dimaksud untuk mengetahui pengaruh intervensi Media *Nutrition Card* tentang buah dan sayur terhadap peningkatan pengetahuan siswa-siswi dengan cara mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi sebelum dan setelah intervensi media *Nutrition Card*.

Tabel 5.9
Uji Wilcoxon pada tingkat pengetahuan Pre-Test dan Post-test

Pengetahuan	N	Mean Rank	Z	P Value
<i>Negative Rank</i>	0	0,00	-4,806	0,000
<i>Positive Rank</i>	30	15,50		
<i>Ties</i>	0			
Total	30			

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 5.9 di atas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan mean rank pengetahuan pada kelompok Pre-Test dan *Post-test* sebesar 15,50. Hasil Uji Wilcoxon diperoleh p value = 0,000 (< 0,05), maka H_a diterima H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *Nutrition Card* terhadap buah dan sayur.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Peningkatan Pendidikan Pengetahuan tentang buah dan sayur sebelum dan sesudah di berikan media *Nutrition Card*

Berdasarkan hasil penelitian ini, pada analisis bivariat dilakukan di table 5.9 terjadi peningkatan mean rank pengetahuan pada kelompok *Pre-Test* dan *Post-test* sebesar 15,50. Kemudian diketahui dari Uji statistik yang dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh p *value* sebesar 0,000 ($< 0,05$),

Bedasarkan hasil penelitian pada data analisis univariat Responden dikategorikan berpengetahuan baik apabila jumlah skor pengetahuan $>80\%$ dan kurang baik $< 60\%$. Responden dengan kategori pengetahuan baik saat *pre-test* 13 responden (43,3 %) meningkat menjadi 27 responden (90 %) sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 3 responden (10 %).

Hasil penelitian tersebut menunjukan bahwa terdapat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan media permainan *Nutrition Card*. Hal ini dapat dilihat perubahan pengetahuan seperti yang diharapkan dari pemberian media *Nutrition Card* tentang buah dan sayur dimana dari tidak tahu menjadi tahu.

Bedasarkan gambar 5.3 dapat diketahui bahwa seluruh skor pengetahuan akhir (*post-test*) mengalami peningkatan dibandingkan skor pengetahuan awal (*Pre-Test*) sebelum diberikan edukasi menggunakan Media *Nutrition Card*. Peningkatan skor *post-test* tertinggi dengan selisih sebanyak 19 skor yaitu pada pertanyaan no 8 (P8) tentang “kandungan sayur pada kacang panjang”.

Selanjutnya peningkatan paling sedikit dengan selisih sebanyak 1 skor pada pertanyaan nomor 1(P1) tentang “kandungan buah dan sayur”. Pada pertanyaan nomor 5 (P5) dengan selisih 1 yaitu tentang “buah dan sayur yang tidak layak di konsumsi”.Peneliti berasumsi peningkatan rendah yaitu terhadap siswa dan siswi yang kurang konsentrasi terhadap pertanyaan dan jawaban dari wasit. Terkait ruangan yang terbuka orang-orang dapat berlalu lalang di dekat selasar.

Menurut Notoatmodjo (2010) Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran dan indera pengelihatatan.

Menurut Suraoka dan Supariasah (2012) Media dalam pendidikan adalah sumber dalam belajar dengan menggunakan suatu alat. Manfaatnya meningkatkan pengetahuan terhadap suatu kelompok atau masyarakat agar lebih maksimal dalam memberikan pembelajaran. Alat peraga dalam media bertujuan dan isi pengajaran yang dapat dituangkan dalam pengajaran.

Ketertarikan siswa terhadap media, keterwakilan pesan yang disampaikan guru juga hendaknya dipertimbangkan dalam pemilihan media. Setidaknya ada tiga fungsi yang bergerak bersama dalam keberadaan media yaitu Fungsi stimulasi, mediasi dan Informasi .(Mahnun 2012)

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Wahyuningsih (2015) bahwa pendidikan gizi yang diberikan dengan bantuan media Nutrition Card dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar. Dalam penelitian tersebut adanya peningkatan sebelum dilakukan 7,59 dan sesudah intervensi sebesar 8,92. Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan yaitu p value kurang dari 0,05.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Septiana dan Suebah (2015) bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap ($p=0,000$) anak dalam pemilihan jajanan sehat. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh edukasi media visual dengan metode kartu bergambar sebelum dan sesudah diberikan intervensi terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pemilihan jajanan sehat.

Berdasarkan hasil penelitian dari Hasanah,dkk (2019). Hasil uji statistik wilcoxon rank test didapatkan nilai P Value 0,000. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan, sikap, dan prosedur cuci tangan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media kartu bergambar pada anak kelas 5 sekolah dasar.

Pada uji statistik dengan Uji wilcoxon dalam pengetahuan pre-test dan post-test di peroleh p value 0,000 lebih kecil dari 0,05 dengan nilai validitas - 4,806. Bahwa dapat diketahui ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *Nutrition Card* terhadap buah dan sayur.

Dapat di simpulkan bahwa permainan *Nutrition Card* dapat menjadikan alternatif dalam pembelajaran yang tepat untuk menyampaikan informasi karena lebih baik untuk meningkatkan pengetahuan siswa dengan pengalaman baru bagi

siswa siswi di sekolah. Tingkat pengetahuan siswa dan siswi tidak terlepas dari frekuensi bermain yang sering membuat pengetahuan pada siswa lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan *pre-test dan post-test* menggunakan media nutrition card terhadap pengetahuan buah dan sayur.

5.3 Keterbatasan

Meskipun penelitian ini dilakukan secara optimal, namun peneliti menyadari bahwa tidak terlepas dari adanya kekurangan. Hal ini disebabkan karena adanya keterbatasan hambatan dalam penelitian:

1. Rencana ruangan yang tidak sesuai dengan gambaran penelitian yaitu melakukan penelitian di selasar sekolah. Membuat siswa dan siswi tidak konsentrasi dalam mendengarkan pertanyaan dan jawaban di *Nutrition Card*.
2. Peneliti tidak melakukan uji validitas sebelum melakukan penelitian.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan

1. Pengetahuan buah dan sayur sebelum (*pre-test*) diberikan intervensi yaitu terdapat siswa dengan pengetahuan baik 13 orang (43,3 %) dan pengetahuan kurang baik 17 orang (56,7 %).
2. Pengetahuan buah dan sayur setelah (*post test*) diberikan intervensi menggunakan *Nutrition Card* terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa dengan nilai baik yaitu 27 orang (90 %) dan pengetahuan kurang 3 orang (10 %).
3. Hasil Uji Wilcoxon diperoleh $p \text{ value} = 0,000 (< 0,05)$, Dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *Nutrition Card* terhadap buah dan sayur.

6.2 Saran

1. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan memberikan upaya dalam meningkatkan pengetahuan buah dan sayur di Sekolah-sekolah Dasar, seperti pemberian penyuluhan, media pendidikan gizi

2. Bagi SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya

Pihak sekolah dapat menggunakan Media *Nutrition Card* Sebagai media Pendidikan Kesehatan di sekolah yang dapat dimasukkan pada pelajaran IPA tentang Pengetahuan buah dan sayur. Pengetahuan buah dan

sayur yang masih kurang yaitu dalam pengertian buah dan sayur, serta buah dan sayur yang tidak layak konsumsi

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat menggunakan media *Nutrition Card* tentang buah dan sayur untuk mengukur perbandingan dengan media lain. Perlu dilakukan penelitian dalam jangka waktu yang lebih lama dan dengan jumlah sampel penelitian yang lebih besar untuk mengetahui pengaruh media *Nutrition Card* dalam meningkatkan pengetahuan Buah dan sayur.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS 2015, 'Konsumsi Protein Perkapita Sehari Menurut Kelompok Makanan di Kabupaten Kubu Raya', Badan Pusat Statistik, Susenas, BPS, Kubu Raya.
- Darmawan, D & Fadjarajani, S 2016, 'Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Pelestarian Lingkungan dengan Perilaku Wisata dalam Menjaga Kebersihan Lingkungan', *Jurnal Geografi*, vol 4, p. 2.
- Delimartha, S & Adrian, F 2013, *Fakta Ilmiah Buah dan Sayur*, Jakarta.
- Departemen kesehatan RI 2014, 'Pedoman Gizi Seimbang', 2014, pp. 13-14.
- Departemen kesehatan RI 2018, 'Hasil Utama Riset Kesehatan dasar ', Badan Penelitian dan Pengembangan , Depkes RI, Jakarta.
- Desi, Mesyamtia, B & Ginting , M 2017, , *Pendidikan Gizi Melalui Permainan Wayang Terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur dan Buah*, vol 1, p. 23.
- Hasanah, TM, Madjid, YA & Triyanti, S 2019, 'Healthcare Nursing Journal Fakultas Ilmu Kesehatan UMTAS', *Kartu bergambar meningkatkan pengetahuan sikap dan prosedur mencuci tangan anak kelas 5 di SD Muhammadiyah 14 Balayyudha Palembang*, vol 2 no 1.
- Hermina & S, P 2016, 'Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMII 2014)', *Buletin Peneliti Kesehatan*, vol 44, pp. 205-208.
- Hidayanti, D, Suyatno & Aruben, R 2017, 'Faktor Resiko Kurang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Usia Sekolah Dasar', vol 5, no. Konsumsi buah dan sayur-sayuran, pp. 638-639.
- Khomsan, A 2000, *Teknik Pengeukuran Pengetahuan Gizi*, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Komaryanti, S 2017, , *Ensiklopedia Buah- Buahan Potendi Lokal Berbasis Alam Jember*, vol 2.
- Kusumarani, A, Astidio, N, Kun, SA & Yuwono, S 2018, , *Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Sayur dan Buah di SD Aisyiyah dan SDN Kalicilik 2 Demak*.
- Listiyono, H 2008, 'Merancang dan Membuat Sistem Pakar', *Jurnal Teknologi Informasi Dinamika*, vol XIII, pp. 115-124.
- Mahnun, N 2012, 'Media Pembelajaran (Kajian terhadap Langkah-langkah Pemilihan Media dan Implementasi dalam Pembelajaran)', *Jurnal Pemikiran Islam*, vol 37, p. 1.

- Munifa, Hapsari, RA, Tarihoran, YM & Buray, F 2015, *Gizi Kuliner Dasar*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Nathasia, AC, Margana & wahyudi, T 2012, 'Perancangan Buku Panduan Kreasi Sajian Sayur yang Menarik untuk Anak-Anak'.
- Notoatmodjo, S 2007, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, PT RINEKA CIPTA, Jakarta.
- Notoatmodjo, S 2010, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*, PT. RINEKA CIPTA, Jakarta.
- Notoatmodjo, S 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Oemiati, R 2011, 'Prevalensi Tumor dan Beberapa Faktor Mempengaruhi Di Indonesia', pp. 191-192.
- Riskesmas 2018, 'Hasil Utama Riskesdas 2018', Kementerian Kesehatan, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Santoso, A 2011, *Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan*, 2011.
- Septiana, P & Suaeban 2018, 'Edukasi Media Kartu Bergambar Berpengaruh Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak dalam Pemilihan Jajanan Sehat di SD Negeri Pontianak Utara', *Pontianak Nutrition Journal*, vol 01.
- Suiraoaka, IP & Supariasah, IDN 2012, *Media Pendidikan Kesehatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Wahyuningsih, NP 2015, 'Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar', vol 10, p. 28.
- Warsito, H, Rindiani & Nurdyansyah, F 2015, *Ilmu Dasar Bahan Pangan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- WFP 2017, 'Buletin Pemantauan Ketahanan Pangan Indonesia', Kementerian Ketahanan Pangan, World Food Programme.
- WHO 2013, 'Global Nutrition Policy Review', World Health Organization.
- Winarti, S 2010, *Makanan Fungsional*, Graha Ilmu, Yogyakarta.

SURAT PERNYATAAN VERIFIKASI MEDIA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bambang Sakti

Tempat/Tanggal Lahir : Pontianak, 26 Maret 1982

No. Hp : 082149963700

Jabatan : Multimedia

Unit Kerja : Infokom

Alamat : Jl. Veteran Gg. Syukur V no. 68

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya telah melakukan review Media *Nurition Card* yang dibuat oleh Devi Bayu Wahyu Saputri pada hari Senin tanggal 25 Agustus 2019 di Pontianak untuk menyelesaikan skripsinya yang berjudul “Media Pendidikan *Nurition Card* Terhadap Perubahan Pengetahuan Buah dan Sayur di SD Kristen Immanuel II Kabupaten Kubu Raya”.

Demikian surat ini saya buat dalam keadaan sadar, sungguh-sungguh serta tanpa paksaan dari pihak manapun.

LEMBAR DOKUMENTASI PENELITIAN

1. Pengenalan dengan Peneliti



2. Pengeisian Kuesioner Pre-Test



3. Melakukan Permainan Nutrition Card



4. Pengisian Kuesioner Post-Test





5. Foto dengan Masing Masing Kelompok



No	Nama	nilai	
		Pre-Test	Post-Test
1	Christine Aurelia	55	85
2	Liedya	65	90
3	victoria	35	90
4	Yones	75	95
5	Devin	75	100
6	Valesca	75	80
7	Stiven	30	60
8	Gervin	60	90
9	Stanley	60	85
10	Metta. S	80	85
11	Dhayana P.S	40	75
12	Lidya Carlie	45	75
13	Clarista.H	65	95
14	Rebeca A.P.S	60	100
15	Finna P	70	95
16	Calvin. F	40	65
17	Jevin Chen	50	55
18	Denniel j	65	95
19	Enrico N	70	90
20	Nico	45	70
21	Jade Keyra D	80	95
22	Marshall A	60	90
23	Cristian M.H	35	75
24	Benhard G.C Siahaan	70	95
25	Yovita	40	75
26	Austyne	50	60
27	Jeffry Darwin	45	75
28	Beby	55	100
29	Agretasia T.J	55	85
30	Neshia Calista	70	80