

PENYULUHAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PERILAKU KONSUMSI MAKANAN BERGIZI SEIMBANG PADA MURID SEKOLAH DASAR

Mardiana*, Eddy Susanto*, Hana Yuniarti*, Jilyana Emmy Rosyada*

*Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Palembang

ABSTRAK

Permasalahan makan pada anak diantaranya sulit makan atau tidak mau makan bahkan makan makanan sembarangan. Kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya makanan bergizi seimbang bagi anak adalah salah satu faktor penyebab timbulnya kejadian kekurangan gizi pada anak. Dengan itu diperlukan adanya upaya memberikan pembelajaran dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku melalui media promosi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan media video animasi terhadap perilaku konsumsi makanan bergizi seimbang pada murid di SDN 57 dan SDN 53 Palembang. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan rancangan Pre Test-Post Test dengan menggunakan kelompok control. Sampel berjumlah 82 orang. Analisis data univariat dan bivariat, dengan uji statistik Paired Sample T-Test dan Independent Sample T-Test pada tingkat kepercayaan 95%. Dari uji statistik Independent Sample T-Test menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan, sikap dan tindakan murid mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok pembandingan dengan nilai $p=0.000$, $p=0.001$ dan $p=0.002$. Kesimpulan penyuluhan media video animasi berpengaruh dalam meningkatkan perilaku konsumsi makanan bergizi seimbang murid SDN 57 dan 53 Palembang

Kata Kunci: Penyuluhan media video animasi, perilaku, gizi seimbang, murid SD.

Pendahuluan

Gizi Seimbang didefinisikan sebagai susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal.¹

Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Sebaliknya, bila makanan tidak dipilih dan dikonsumsi dengan baik, tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu zat gizi yang harus didatangkan dari makanan. Pada usia sekolah, anak banyak mengikuti aktivitas fisik maupun mental, seperti bermain, belajar, berolahraga.²

Beberapa permasalahan makan pada anak diantaranya adalah sulit makan atau tidak mau makan bahkan makan makanan yang sembarangan. Angka kecukupan energi dan zat-zat gizi sehari untuk anak usia 7-9 tahun adalah 1900 Kkal. Sedangkan untuk anak usia 10-12 tahun membutuhkan 1800 Kkal per

hari.³ Video animasi merupakan suatu bentuk dari penggunaan multimedia sebagai media audiovisual pada penyampaian informasi kesehatan. Agar kegiatan penyuluhan dapat mencapai hasil yang maksimal, maka metode dan media penyuluhan perlu mendapat perhatian yang besar dan harus disesuaikan dengan sasaran. Berdasarkan keadaan lapangan, penggemar video animasi ini di dominasi oleh anak usia sekolah, karena pada usia sekolah anak lebih tertarik dan memiliki rasa ingin tahu lebih ketika melihat gambar yang bergerak dan bersuara (*Audio Visual Aids*) dibandingkan hanya dalam tulisan-tulisan (verbal).⁴

Studi menunjukkan bahwa orang mengingat hanya 20% dari apa yang mereka dengar dan hanya 30% dari apa yang mereka lihat, tapi 70% yang luar biasa dari apa yang mereka dengar dan lihat. Dengan pemikiran ini, tak heran mengapa film atau dalam hal ini Video Animasi adalah suatu alat komunikasi yang kuat.⁵ Tujuan pemilihan dan penggunaan Video Animasi adalah untuk mempermudah komunikasi untuk menyerap informasi kesehatan yang diberikan.

Karena bagi masyarakat khususnya anak usia sekolah lebih menyukai film/Video Animasi dibandingkan dengan metode penyuluhan secara verbal, karena dipandang lebih menarik dan lebih bervariasi dibandingkan hanya dengan kata-kata.

Dalam kegiatan interaksi antara murid, fungsi video animasi dibanding media lainnya dapat diketahui berdasarkan adanya kelebihan media dan hambatan yang mungkin timbul dalam proses pembelajaran. Beberapa kelebihannya adalah sebagai berikut: (1) peserta memperoleh tanggapan yang lebih jelas dan tidak mudah dilupakan; (2) dapat menikmati kejadian dalam waktu yang lama pada suatu peristiwa tertentu; (3) dengan teknik *Slow-Motion* dapat mengikuti gerakan atau aktivitas yang berlangsung cepat.⁶

Tahapan perubahan perilaku yang dapat dilihat pada diri seseorang melalui tahapan adopsi dalam penyuluhan adalah: (1) Tahap sadar (*Awareness*); (2) Tahap minat (*Interest*); (3) Tahap menilai (*Evaluation*); (4) Tahap mencoba (*Trial*); (5) Tahap penerapan atau adopsi (*Adoption*).⁷

Namun perubahan perilaku tidak selalu melewati tahap-tahap tersebut. Apabila penerimaan perilaku baru (adopsi perilaku) melalui proses seperti ini didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*Long Lasting*). Pengetahuan yang dimiliki seseorang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap perilaku, adanya suatu pendidikan diharapkan dapat berdampak terhadap perubahan perilaku. Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama.⁸

Perilaku gizi dalam keluarga adalah pengetahuan, sikap dan praktik keluarga meliputi mengonsumsi makanan seimbang dan berperilaku hidup sehat. Jadi, yang dimaksud dengan perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) gizi anak sekolah adalah cara anak sekolah berpikir, berpengetahuan, dan berpandangan tentang makanan yang dinyatakan dalam bentuk tindakan makan dan memilih makanan.⁹

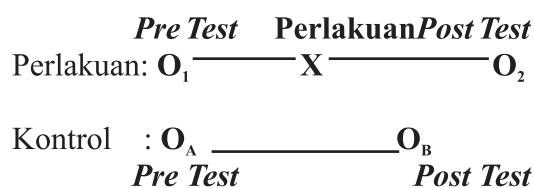
Berdasarkan hasil observasi awal (2014), terhadap beberapa murid di SDN 57 dan SDN 53 Palembang bahwa masih terdapat beberapa murid yang belum mengonsumsi makanan bergizi seimbang, bahkan sebagian besar sangat gemar mengonsumsi makanan dan minuman jajanan. Berdasarkan beberapa uraian diatas, maka tujuan penelitian ini adalah: (1) mengkaji gambaran perilaku murid tentang makanan bergizi seimbang sebelum dan setelah perlakuan penyuluhan; (2) mengkaji perbedaan rata-rata pengetahuan, sikap dan tindakan murid tentang makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan menggunakan rancangan *Pre Test – Post Test* dengan menggunakan

kelompok kontrol.¹⁰ Penelitian dilakukan di SD Negeri 57 dan SD Negeri 53 Palembang. Penentuan lokasi ini didasarkan pada beberapa pertimbangan bahwa disekolah tersebut belum banyak mendapatkan penyuluhan kesehatan mengenai makanan bergizi seimbang dan masih banyak pedagang jajanan yang berjualan di area sekolah tersebut. Faktor pendukungnya yaitu masih kurangnya pengetahuan dan kesadaran murid di kedua sekolah tersebut mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang.

egiatan penelitian ini dimulai dari observasi awal, persiapan, pelaksanaan dan penyusunan hasil penelitian. Proses penelitian ini dilakukan selama 1 bulan yakni dari 1 Maret – 1 April 2014.



Gambar 1. Rancangan sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan kelompok kontrol

Populasi dalam penelitian ini adalah semua murid kelas V SD Negeri 57 Palembang sebanyak 163 orang dan murid kelas V SD Negeri 53 Palembang sebanyak 70 orang. Sedangkan sampelnya adalah murid kelas V SD yang terpilih, sebanyak 82 orang yang terdiri dari 41 murid SDN 57 (kelompok perlakuan) dan 41 murid SDN 53 Palembang (kelompok kontrol) dengan kriteria inklusi murid kelas V SD, bersedia menjadi responden, dapat berkomunikasi dengan baik dan hadir pada saat penelitian. Teknik dalam pengambilan sampel menggunakan *Systematic Random Sampling* yang dilakukan dengan memberikan kesempatan yang sama pada setiap anggota populasi untuk menjadi sampel atau responden penelitian.

Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer terdiri dari identitas responden, perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) responden mengenai makanan bergizi seimbang, dan kuesioner penelitian (*Pre-Test* dan *Post-Test*). Data sekunder terdiri dari dokumen tata usaha sekolah berupa data profil SDN 57 dan SDN 53 Palembang dan data pendukung penelitian lainnya.

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan uji statistik. Data karakteristik responden dengan analisa univariat, disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Untuk mengkaji pengaruh penyuluhan menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan untuk menghitung perbedaan rata-rata perilaku dari kedua kelompok responden dianalisis dengan *Independent Sample T-Test* yang dihitung dari *Pre-Test* dan *Post-Test*.

Penelitian ini dilakukan dengan subjek manusia, oleh karena itu sebelum penelitian dilakukan peneliti meminta persetujuan responden (*informed consent*)

dan menjelaskan bahwa penelitian ini untuk memenuhi kebutuhan ilmiah serta identitas responden dijamin kerahasiaannya

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin dapat dilihat di **Tabel 1**. Pada tabel tersebut menunjukkan bahwa jumlah responden 1:1 yaitu masing-masing sebanyak 41 orang. Sebagian

besar murid memiliki umur 10 tahun yakni 28 orang (68.3%) untuk kelompok perlakuan dan 25 orang (61%) untuk kelompok pembandingan.

Untuk variabel jenis kelamin pada responden kelompok kontrol, dilakukan *Matching* menyesuaikan kelompok perlakuan, yakni dengan jumlah responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 20 orang (48.8%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (51.2%).

Tabel 1.
Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

Variabel	Kelompok	
	Perlakuan (n = 41)	Kontrol (n = 41)
Umur		
- 9 Tahun	2 (4.9 %)	1 (2.4 %)
- 10 Tahun	28 (68.3 %)	25 (61 %)
- 11 Tahun	10 (24.4 %)	11 (26.8 %)
- 12 Tahun	1 (2.4 %)	4 (9.8 %)
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	20 (48.8 %)	20 (48.8 %)
- Perempuan	21 (51.2 %)	21 (51.2 %)

Adapun rata-rata nilai *Pre Test* dan *Post Test* pengetahuan, sikap, tindakan murid dapat dilihat di **Tabel 2**.

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan rata-rata pada kelompok perlakuan yang mendapat penyuluhan media video animasi mengenai makanan bergizi seimbang, yakni dari 24.36 ± 2.24 menjadi 26.80 ± 1.34 dengan selisih nilai rata-rata sebanyak 2.44. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.000$ artinya ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah perlakuan.

Sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi penyuluhan meskipun terjadi peningkatan pengetahuan rata-rata yakni dari 22.82 ± 2.97 menjadi 23.14 ± 2.18 dengan selisih nilai rata-rata sebanyak 0.34. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.213$ namun artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah.

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap rata-rata pada kelompok perlakuan yang mendapat penyuluhan media video animasi mengenai makanan bergizi seimbang, yakni

dari 11.17 ± 1.09 menjadi 12.24 ± 1.49 dengan selisih nilai rata-rata sebanyak 1.07. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.001$ artinya ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah perlakuan.

Sedangkan pada kelompok kontrol, menunjukkan bahwa terdapat penurunan sikap rata-rata yakni dari 10.95 ± 1.26 menjadi 10.70 ± 1.26 dengan selisih nilai rata-rata sebanyak -0.25. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.230$ artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara sebelum (*Pre Test*) dan setelah (*Post Test*).

Berdasarkan tabel 2, yakni dari 46.00 ± 4.90 menjadi 48.31 ± 4.02 rata-rata sebanyak 2.31. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.007$ artinya ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah perlakuan. Sedangkan pada kelompok kontrol, menunjukkan bahwa terdapat penurunan tindakan rata-rata yakni dari 44.56 ± 4.66 menjadi 44.26 ± 4.53 dengan selisih nilai rata-rata sebanyak -0.30. Dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, nilai $p = 0.275$ artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara sebelum (*Pre Test*) dan setelah (*Post Test*).

Tabel 2.
Rata-Rata Pengetahuan, sikap, tindakan Murid Sebelum (*Pre Test*) dan Setelah (*Post Test*) pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol

Kelompok	Rata-Rata Nilai		Selisih Rata-Rata	p-Value
	Pre Test \pm SD	Post Test \pm SD		
Pengetahuan				
Perlakuan	24.36 ± 2.24	26.80 ± 1.34	2.44	0.000
Kontrol	22.82 ± 2.97	23.14 ± 2.18	0.34	0.213
Sikap				
Perlakuan	11.17 ± 1.09	12.24 ± 1.49	1.07	0.001
Kontrol	10.95 ± 1.26	10.70 ± 1.26	-0.25	0.230
Tindakan				
Perlakuan	46.00 ± 4.90	48.31 ± 4.02	2.31	0.007
Kontrol	44.56 ± 4.66	44.26 ± 4.53	-0.30	0.275

Adapun selisih rata-rata Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Murid tentang konsumsi makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan Kontrol dapat dilihat pada tabel 3

Berdasarkan hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* pada tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat selisih nilai rata-rata antara pengetahuan sebelum (*Pre Test*) dan setelah (*Post Test*) diberikan perlakuan berupa penyuluhan media video animasi mengenai makanan bergizi seimbang. Dari data tersebut didapat nilai $p = 0.000$ artinya ada perbedaan yang bermakna pada pengetahuan murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* pada tabel 3, menunjukkan bahwa terdapat selisih nilai rata-rata

antara sikap sebelum (*Pre Test*) dan setelah (*Post Test*) diberikan perlakuan berupa penyuluhan media video animasi mengenai makanan bergizi seimbang. Dari data tersebut didapat nilai $p = 0.001$ artinya ada perbedaan yang bermakna pada sikap murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* pada tabel 3, menunjukkan bahwa terdapat selisih nilai rata-rata antara tindakan sebelum (*Pre Test*) dan setelah (*Post Test*) diberikan perlakuan berupa penyuluhan media video animasi mengenai makanan bergizi seimbang. Dari data tersebut didapat nilai $p = 0.002$ artinya ada perbedaan yang bermakna pada tindakan murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Tabel. 3
Selisih Rata-Rata Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Murid Tentang
Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang Antara Kelompok
Perlakuan dan Kontrol

Variabel Kelompok	Selisih Rata-Rata Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Sebelum (<i>Pre Test</i>) dan Setelah (<i>Post Test</i>)		<i>p-Value</i>
	Rata-Rata Nilai	Standar Deviasi	
Pengetahuan			
- Perlakuan	1.88	2.30	0.000
- Kontrol	0.29	1.52	
Sikap			
- Perlakuan	1.10	1.96	0.001
- Kontrol	0.20	1.26	
Tindakan			
- Perlakuan	1.90	4.63	0.002
- Kontrol	0.54	1.59	

Pembahasan

Berdasarkan uji statistik *Independent Sample T Test* menunjukan p value 0,000 yang berarti ada perbedaan yang bermakna pada pengetahuan murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Beberapa penelitian sejalan dengan penelitian ini ^{11,12}Media video animasi merupakan salah satu bentuk dari media audiovisual, yang merupakan media penyuluhan paling menarik dan merangsang lebih banyak panca indera, juga media audio visual merupakan media yang paling baik digunakan sebagai media penyuluhan dibandingkan dengan media modul (tertulis) dan tanpa intervensi. Sehingga menjadi pilihan terbaik dan lebih efektif karena lebih mudah memahami makna dari isi pesan yang

disampaikan dan dapat segera mempengaruhi untuk bersikap.¹³

Didukung juga oleh penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan skor pengetahuan gizi siswa yang diberi penyuluhan dengan metode ceramah dan penyuluhan dengan metode *Playing by Learning* melalui video animasi pada murid SD di Jakarta Timur

Beberapa kelebihan dari media video animasi tersebut yaitu lebih menarik perhatian, memudahkan menyerap informasi karena mudah dipahami dan diterima oleh penonton, menghemat waktu dan dapat diputar berulang-ulang, mudah untuk mengatur video secara teknis oleh narasumber dan operator.^{14,15}

Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama daripada perilaku yang tidak

didasari pengetahuan. Jadi, sebelum seseorang berperilaku baru, dia harus tahu dahulu apa arti atau manfaat dari perilaku tersebut.⁸

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh beberapa penelitian lainnya bahwa metode diskusi memberikan pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap perawat terhadap pembuangan limbah medis¹⁶ dan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa metode ceramah, dan diskusi kelompok dapat memberikan pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi pada remaja¹⁷

Setelah seseorang mengetahui objek atau stimulus, proses selanjutnya adalah memiliki atau bersikap terhadap stimulus atau objek tersebut. *Motivational Interviewing* pendekatan konseling langsung yang berpusat pada klien merupakan pendekatan efektif untuk digunakan dalam konseling gizi.^{18,19} Dalam penelitian ini, penyuluhan dengan metode diskusi merupakan stimulus atau objek yang diharapkan dapat memberi pengaruh pada responden untuk bersikap sesuai dengan pesan atau isi dari diskusi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengetahuan pada ibu yang memiliki balita gizi kurang dan gizi buruk di Kabupaten Kota Waringin Barat Provinsi Kalimantan Tengah terhadap skor sebelum dan setelah intervensi menggunakan media audiovisual.²⁰

Media audiovisual efektif digunakan sebagai media pendidikan dan pembelajaran dibandingkan dengan media lainnya, karena media tersebut merangsang seluruh fungsi panca indera yaitu indera pendengaran dan penglihatan untuk dapat bekerja dan menerima pesan dan informasi yang disampaikan. Dengan menggunakan media yang tepat tersebut, kemungkinan besar dapat berpengaruh pada daya terima dan juga indeks prestasi murid sebagai media edukasi yang fungsional.

Perbedaan rata-rata sikap murid mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang

Berdasarkan uji statistik *Independent sample t test* menunjukkan p value 0,001 yang berarti ada perbedaan yang bermakna pada sikap murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, kelompok perlakuan mengalami peningkatan nilai rata-rata sikap karena murid telah mendapatkan penyuluhan dan telah memahami serta menerima informasi yang disampaikan sehingga mampu memberikan respon yang positif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengetahuan, sikap dan perilaku pada ibu yang memiliki balita terhadap skor sebelum dan setelah intervensi menggunakan media audiovisual.¹⁵

Sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan rata-rata nilai sikap. Hal tersebut

dikarenakan tidak adanya kegiatan penyuluhan mengenai makanan bergizi seimbang yang diberikan pada kelompok ini, sehingga sikap murid tidak mengalami perubahan yang kearah lebih baik. Ditambah lagi dengan masalah makan pada anak yang timbul seperti susah makan, tidak mau makan dan makan makanan sembarangan.

Sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi tentang objek tersebut, melalui persuasi serta tekanan dari kelompok sosialnya.²⁰ Pada umumnya anak cenderung untuk memiliki sikap searah dengan sikap orang yang dianggap penting.

Pengaruh penyuluhan menggunakan media, khususnya media Video Animasi sangat berpengaruh pada sikap seseorang terlebih lagi bagi anak sekolah karena anak usia sekolah merupakan masa yang paling optimal untuk menanamkan perilaku yang baik terhadap dirinya, perilaku yang dapat diajarkan pada anak usia sekolah bisa mengenai pengetahuan kesehatan, pendidikan moral dan jenis pendidikan lainnya.

Perbedaan rata-rata tindakan murid mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang

Berdasarkan uji statistik *Independent sample t test* menunjukkan p value 0,002 yang berarti ada perbedaan yang bermakna pada tindakan murid mengenai makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol,

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa penyuluhan berpengaruh pada tindakan murid dalam mengkonsumsi makanan jajanan.⁷

Terjadi peningkatan nilai rata-rata tindakan pada kelompok perlakuan, dikarenakan murid mendapatkan penyuluhan menggunakan media video animasi mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang. Dimana media yang digunakan merupakan salah satu media yang disukai pada usia anak sekolah, sehingga daya terima dan konsentrasi pada saat mengikuti kegiatan penyuluhan berlangsung optimal dan akhirnya berpengaruh pada pemahaman yang baik serta terdorong untuk melakukan hal dan informasi-informasi yang diajarkan kepada murid.²¹

Menghilangkan atau membatasi iklan televisi yang dapat meningkatkan konsumsi makanan yang tidak tepat bagi anak, memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk melakukan aktivitas fisik dan meningkatkan keberadaan pilihan makanan sehat yang dapat dibeli, merupakan tindakan yang dapat diimplementasikan.²²

Sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan rata-rata nilai tindakan, yang dikarenakan kelompok tersebut tidak mendapatkan penyuluhan video animasi atau informasi yang jelas mengenai makanan bergizi seimbang. Sehingga tindakan untuk mengkonsumsi makanan jajanan yang sembarangan

semakin besar karena lingkungan sekolah yang mendukung dengan banyaknya pedagang jajanan didalam dan diluar pagar sekolah.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada pengaruh pemberian penyuluhan gizi menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan murid (p value 0,000), sikap murid (p -value = 0.001) dan tindakan murid (p -value = 0.002)mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

B. Saran

Bagi Dinas Kesehatan Kota Palembang, SDN 57 dan 53 Palembang, Media Video Animasi terbukti sebagai sarana penyuluhan yang dapat meningkatkan perilaku bagi murid sehingga disarankan agar dapat mengembangkan dan menggunakan media edukasi dalam bentuk yang menarik sesuai dengan tingkat kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) untuk memberikan hasil yang optimal bagi murid selama berada di sekolah dan dirumah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yayasan Kegizian Pengembangan Fortifikasi Indonesia. *Apa Itu Gizi Seimbang?*. 2011(diakses pada tanggal 28 Januari 2014
2. Mitayani& Sartika, Wiwi. *Buku Saku Ilmu Gizi*. Jakarta: Trans Info Media.2010
3. Aroni, Hasan..Kenali Pencegahan Masalah Gizi pada Anak dengan Pola Gizi Seimbang. 2013 <http://redesain.poltekkes-malang.ac.id/index.php/rumah/detail/artikel/3/252> (diakses pada 28 Januari 2014).
4. Pulungan, Rumondang. Tesis: Pengaruh Metode Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Dokter Kecil dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah (PSN-DBD) di Kecamatan Helvetia Medan Tahun 2007. Universitas Sumatera Utara. 2008.<http://repository.usu.ac.id/> (diakses pada tanggal 27 Desember 2013).
5. Kholid, Achmad. *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.2012.
6. Rohani, Ahmad. *Media Instruksional Edukatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.1997.
7. Bintaria, Dinatia. Skripsi: Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Poster Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Murid di SD Kelurahan Pincuran Kerambil Kecamatan Sibolga Sambah Kota Sibolga Tahun 2011. Universitas Sumatera Utara. 2011.
8. Notoadmodjo, Soekidjo. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2003.
9. Judarwanto W, *Perilaku Makan Anak sekolah*, 2008
10. Notoadmodjo, Soekidjo. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.2010.
11. Kapti, Rinik Eko.. Tesis: Efektifitas Audiovisual sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Tatalaksana Balita dengan Diare di Dua Rumah Sakit Kota Malang. Universitas Indonesia.2010
12. Priyanti, Widhyaningrum Marliyana.. Skripsi: Keefektifan Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Media Film Animasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa tentang Penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD) pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V SDN Kalisapu 01 dan 02 Tahun 2011 Kabupaten Tegal. Universitas Negeri Semarang.2012
13. Notoadmodjo, Soekidjo. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.2007.
14. Amalia, Nailul. Skripsi: Perbedaan Skor Pengetahuan Gizi Antara Siswa yang Diberikan Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Siswa yang Diberikan Penyuluhan dengan Metode "Playing By Learning" Melalui Media "Seri Petualangan Dino dan Dina-Saatnya Sehat" di Sekolah Dasar Jakarta Timur Tahun 2008. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. 2008.
15. Asyhar, Rayandra.. *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Referensi.2012
16. Harahap, Yunita Sari..Efektivitas Metode Diskusi dan Ceramah Terhadap Pengetahuan dan Sikap Perawat dalam Membuang Limbah Medis Padat di Puskesmas Kota Medan Tahun 2010. Tesis Ilmu Kesehatan Masyarakat USU, 2010
17. Tarigan, Amira Permata Sari. Efektivitas Metode Ceramah dan Diskusi Kelompok Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Yayasan Pendidikan Harapan Mekar Medan. Tesis Ilmu Kesehatan Masyarakat USU. 2010.
18. Flattum, C., Friend, S., Neumark-Sztainer, D., et al. *Motivational Interviewing as a component of a school-based obesity prevention program for adolescent girl. J Am Diet Assoc*. 2009
19. Spahn et al., State of the evidence regarding behavior change theories and strategies in nutrition counseling to facilitate health and food behavior change. *J Am Diet Assoc*, 2010
20. Rahmawati, Ira., et al.. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia: Pengaruh Penyuluhan dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kotawaringin Barat, Provinsi Kalimantan Tengah*. 2007Volume 4, No. 2, November 2007: 69-77.
21. Liliwari, A. *Dasar-Dasar Komunikasi Kesehatan*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.2009.
22. Schwartz, R.P., Hamre, R., Dietz, W.H., et al, Office based motivational interviewing to prevent childhood obesity, *Arch Pediatr Adolesc Med*, 2007