

## THE EFFECT OF BALANCED NUTRITION EDUCATION WITH AUDIO VISUAL MEDIA ON STUDENTS KNOWLEDGE OF SDN 011 KAMBESKO

Elsie Anggreni<sup>1</sup>, Yopi Wulandhari<sup>2</sup>, Febby Pebrika Jas<sup>3</sup>

<sup>1</sup>)Dosen Program Studi D-III Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

<sup>2</sup>)Dosen Program Studi D-III Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

<sup>3</sup>)Mahasiswa Program Studi D-III Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia  
Email: elsieanggreni@yahoo.com

---

### Article Info

#### Article history

Received date:

Revised date:

Accepted date:

### Abstract

Elementary school-age children are more at risk of experiencing nutritional problems related to diet and growth and development. Good nutritional status will affect the increase in knowledge in children through education, nutrition education is provided with the media so that it can attract the attention of elementary school children. Learning media using audio-visual was chosen because it has benefits for elementary school children in activating students' senses of sight and hearing so that they focus on the teaching and learning process. The purpose of this study was to determine the effect of providing audio-visual media on knowledge of balanced nutrition in elementary school children. The research design used was a Quasi-Experimental Pre-Test and Post-Test design. The research was conducted in Rengat City with a sample of 59 elementary school children. Paired Sample t-Test is used to see differences in knowledge before and after being given the audio-visual media. In this study it can be seen that there is a significant difference in knowledge of elementary school children ( $p < 0.05$ ), the results of the pre-test scores of students' balanced nutrition knowledge from before and after using audio-visual media, it can be seen that the pre-test value of knowledge of balanced nutrition is at range 3-7 with an average achievement (4.63%) while post-test scores are in the range 6-10 with an average achievement (8.69%). It can be concluded that the provision of audio-visual media can affect knowledge of balanced nutrition in elementary school children it is known that the sign.(2-tailed) value is  $0.000 < 0.005$ , then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so it can be concluded that there is an average difference between the Pre Test of balanced nutrition knowledge of students before being given action with the average Post Test of balanced nutrition knowledge students after being given action, namely balanced nutrition education through the use of audio-visual media at SDN 011 Kambesko Rengat year 2023.

#### Keywords:

**Influence 1; Education 2; Knowledge 3; Balanced nutrition 3; Audio visual media 5**

### Abstrak

Anak usia sekolah dasar lebih berisiko mengalami masalah gizi yang berkaitan dengan pola makan dan tumbuh kembang. Status gizi yang baik akan mempengaruhi peningkatan pengetahuan pada anak melalui pendidikan, pendidikan gizi diberikan dengan media sehingga dapat

---

menarik perhatian anak sekolah dasar. Media pembelajaran dengan menggunakan audio visual dipilih karena memiliki manfaat bagi anak sekolah dasar dalam mengaktifkan indra penglihatan dan pendengaran siswa agar fokus dalam proses belajar mengajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian media audio visual terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Desain penelitian yang digunakan adalah desain Quasi-Experimental Pre-Test dan Post-Test. Penelitian dilakukan di Kota Rengat dengan sampel sebanyak 59 anak sekolah dasar. Paired Sample t-Test digunakan untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media audio visual. Pada penelitian ini terlihat adanya perbedaan yang signifikan pengetahuan anak sekolah dasar ( $p < 0,05$ ), hasil skor pretes pengetahuan gizi seimbang siswa sebelum dan sesudah menggunakan media audio visual. dapat diketahui bahwa nilai pretes pengetahuan gizi seimbang berada pada rentang 3-7 dengan rata-rata pencapaian (4,63%) sedangkan nilai postes berada pada rentang 6-10 dengan rata-rata pencapaian (8,69%). Dapat disimpulkan bahwa pemberian media audio visual dapat mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar diketahui nilai sign.(2-tailed) adalah  $0,000 < 0,005$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata Pre Test pengetahuan gizi seimbang siswa sebelum diberikan tindakan dengan rata-rata Post Test pengetahuan gizi seimbang siswa setelah diberikan tindakan yaitu pendidikan gizi seimbang melalui penggunaan media audio visual. di SDN 011 Kambesko Rengat tahun 2023.

Kata kunci:

Pengaruh 1; Pendidikan 2; Pengetahuan 3; Gizi seimbang 4; Media audio visual 5

---

## PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia sekolah dasar disebut juga perkembangan masa pertengahan dan akhir anak yang merupakan kelanjutan dari masa awal anak. Permulaan masa pertengahan dan akhir anak ini yang ditandai dengan terjadinya perkembangan fisik motorik, kognitif, dan psikosial anak. Pada masa ini anak berada pada proses perkembangan yang pendek namun merupakan masa penting dalam kehidupannya. Masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong agar berkembang secara optimal dan supaya tidak ada masalah gizi pada anak. makanan manusia mendapat zat makanan atau zat gizi

yang merupakan kebutuhan dasar hidup manusia untuk tumbuh dan berkembang. Masalah gizi pada anak hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan dan penanggulangannya harus dari berbagai faktor. Kurangnya pendidikan pada anak akan mempengaruhi pengetahuan anak sehingga anak kurang mengerti masalah gizi. Motivasi dimaksud sini adalah besarnya dorongan orang tua untuk mengetahui besarnya peranan gizi bagi kesehatan anak-anaknya. Partisipasi disini

adalah keikutsertaan para orang tua untuk berperan penting menjaga kesehatan anak-anaknya agar terpenuhinya gizi yang seimbang.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pada bulan Januari 2023 di SDN 011 Kambesko data gizi seluruh siswa yang berjumlah 144 siswa, dari perhitungan IMT pada siswa perempuan didapatkan, 34 siswa gizi normal, 27 siswa gizi dibawah IMT (di kategorikan kurus), 5 siswa (dikategorikan kegemukan), 9 siswa perempuan (di kategorikan obesitas). Pada siswa laki-laki didapatkan, 24 siswa gizi normal, 30 siswa gizi dibawah IMT (dikategorikan kurus), 6 siswa (dikategorikan kegemukan), 9 siswa (dikategorikan obesitas). dan ditandai dengan berat badan anak siswa dari 144 siswa yang dimana berat badannya dari kelas 1 sampai kelas 6 masih banyaknya berat badan yang (di kategorikan kurus). Dari observasi tersebut kebanyakan siswa laki-laki yang (dikategorikan kurus). Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan peningkatan pengetahuan siswa siswi SDN 011 yang mengenai gizi seimbang. peningkatan ditunjukkan dengan memberikan informasi melalui media salah satunya sosial media.

## METODE

### 1. Jenis dan rancangan penelitian

Jenis penelitian kuantitatif dengan Metode penelitian yang adalah *quasy experimental study* dengan *One Group Pre Test-Pos Test Design*. Desain ini menggunakan *Pre Test* yang digunakan sebelum diberi perlakuan. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan. Penelitian ini menggunakan kelompok yang diberi perlakuan penyuluhan dengan media audio visual.

### 2. Variabel Penelitian

Variabel terpengaruh : kelompok siswa pengetahuan terhadap pendidikan gizi seimbang sebelum menggunakan media audio visual.

Variabel pengaruh : kelompok siswa pengetahuan terhadap pendidikan gizi seimbang sesudah menggunakan media audio visual.

### 3. Populasi dan Sampel

populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD 011 kambesko dengan jumlah 144 siswa. Dan Yang dijadikan sampel adalah 54 orang yang besaran sampel dihitung dengan menggunakan Teknik Slovin.

### 4. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah teknik simple random sampling

### 5. Teknik Pengambilan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dengan pembagian kuesioner kepada responden agar di isi secara langsung oleh responden dan dihitung hasil pengisian kuesioner yang telah dilakukan oleh responden

### 6. Hipotesa

Ho: Tidak ada pengaruh pengetahuan gizi seimbang dikelompok siswa sebelum menggunakan media audio visual terhadap gizi seimbang.

H1: Ada pengaruh pengetahuan gizi seimbang dikelompok siswa sesudah menggunakan media audio visual terhadap gizi seimbang

### 7. Analisa Data

*Analisis Univariat* Analisis univariat dilakukan dengan menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{x}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

X : Jumlah kejadian pada responden

N : Jumlah seluruh responden

*Analisis Bivariat dengan uji paired sample t-test* pengambilan keputusan dalam uji paired sample t-test berdasarkan nilai signifikansi (Sig.) hasil output SPSS, sebagai berikut:

- a. Jika nilai sign. (2-tailed) < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima, berarti ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang siswa antara sebelum diberi tindakan dengan sesudah diberi tindakan.
- b. Jika nilai sign. (2-tailed) > 0,05, maka Ho diterima dan Ha ditolak, berarti ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang siswa antara sebelum diberi tindakan dengan sesudah diberi tindakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univarit

Tabel 1. *Distribusi Frekuensi Pre-Test Pengetahuan Gizi Sebelum dilakukan pendidikan gizi seimbang dengan media audio visual pada siswa SDN 011 Kambesko*

NO	Pengetahuan	Responden	Persentase (%)
1	Baik	0	0
2	Cukup	31	52.54
3	Kurang	28	47.46
	Jumlah	59	100

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa mayoritas pengetahuan gizi seimbang siswa sebelum diberi tindakan berada pada kategori cukup yaitu 52,54%.

Tabel 2. *Distribusi Frekuensi Pre-Test Pengetahuan Gizi Sesudah dilakukan pendidikan gizi seimbang dengan media audio visual pada siswa SDN 011 Kambesko*

NO	Pengetahuan	Responden	Persentase (%)
1	Baik	53	89.8
2	Cukup	6	10.2
3	Kurang	0	0
	Jumlah	59	100

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa mayoritas pengetahuan gizi seimbang siswa setelah diberi tindakan berada pada kategori baik yaitu 89,8%.

### 2. Analisis Bivariat

Tabel 3. *Interpretasi Paired Sample T-Test perbedaan tingkat pengetahuan gizi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan gizi seimbang dengan media audio visual pada siswa SDN 011 Kambesko*

	N	Mean	Std. Deviation	Maximum	Sig.(2-tailed)
Sebelum	59	46.27	9.266	70	.000
Sesudah	59	86.95	10.546	100	

Berdasarkan tabel diatas, hasil analisis dengan uji paired sample t-test diperoleh std.Deviation sebelum diberi tindakan yaitu 9.266, dan setelah diberi tindakan 10.546, dengan *P-Value* 0.000 dimana ada perbedaan antara mean pretest dan posttest, yang artinya ada pengaruh pendidikan gizi seimbang dengan media audio visual terhadap pengetahuan siswa SDN 011 Kambesko

## SIMPULAN

Kesimpulannya adalah, diketahui bahwa nilai sign.(2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,005$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara *Pre Test* pengetahuan gizi seimbang siswa sebelum diberi tindakan dengan rata-rata *Post Test* pengetahuan gizi seimbang siswa setelah diberi tindakan, yakni pendidikan gizi seimbang melalui penggunaan media audio visual. paired sample t-test tersebut juga memuat informasi tentang nilai mean paired differences yaitu sebesar  $-4,068$ . Nilai ini menunjukkan selisih antara rata-rata hasil pretest dengan hasil *Post Test* siswa atau  $4,63-8,69 = -4,068$ , dan selisih perbedaan tersebut antara  $-4,362$  sampai dengan  $-3,774$ .

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor Institut Teknologi dan Bisnis InDRAMAGIRI, P3M, Kaprodi D-III Kebidanan yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis serta terimakasih kepada pihak Sekolah yang telah memberikan dukungan berupa informasi terkait data untuk penelitian ini, sehingga penelitian ini berjalan dengan baik

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adrian dan Wirjatmadji. 2012. Peranan gizi dalam siklus kehidupan. Jakarta: Kencana
- Arikunto. 2010. pengetahuan. Ilmu pengetahuan perilaku dan Kesehatan. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Christon. 2010. Pengaruh Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Pada Anak Balita (Study Deskriptif Di Desa Girsang. Kec. Girsang Sipangan Bolon Parapat) (skripsi). Medan : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara.
- Endang eza tama puspita 2017. Gizi dalam kesehatan masyarakat. Dalam Departemen Gizi Kesmas Dkm-Ui. Jakarta : 222222222222222222
- Gina. 2018. kebutuhan energi dan protein pada anak. Jakarta : Bumi Aksara
- Gina. 2019. Masalah gizi pada anak usia sekolah. Jakarta : Bumi Aksara
- Menteri kesehatan RI.2014. Peraturan menteri kesehatan tentang gizi seimbang
- Nasution dalam Harahap.2018. kebutuhan gizi anak usia sekolah dasar dalam proses pertumbuhan. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Notoatmodjo.2018. edukasi gizi. Pendidikan perilaku dan kesehatan Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo.2014. pengetahuan atau kognitif pada anak sekolah dasar. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo. 2018. Teknik pengambilan total sampling. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo.2010. analisis univariat. Pendidikan analisis. Jakarta : Rineka Cipta
- Provinsi Riau.2017. permasalahan gizi anak usia sekolah umur 5-12 tahun berdasarkan imt
- Permenkes RI Nomor 41. 2014. pedoman gizi seimbang dengan empat pilar
- Puspita. 2019. Implementasi pembelajaran terpadu terhadap media pembelajaran. Yogyakarta : Tegalrejo 1
- Riskesdes RI. 2018. permasalahan gizi anak usia sekolah di Indonesia
- Tuzzahroh, Fatima. 2015. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan 54 Status Gizi Siswa di SDN Karangasem III Kota Surakarta. Skripsi: Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.
-

V.Wiratna Sujarweni. 2018. Metodologi Penelitian Bisnis dan Ekonomi Pendekatan Kuantitatif. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Wina Sanjaya.2014. Pemanfaatan media audio visual sebagai alternatif optimalisasi model pembelajaran. Universitas Negeri Makasar

Waryana. 2016. Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang

Pedoman Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar. Skripsi. Institut Pertanian Bogor. (serial online). <http://repository.ipb.ac.id/jspui/bitstream/123456789/86494/1/116lsa.pdf>  
<https://massugiyantojambi.wordpress.com/2011/04/15/teori-motivasi/>