



Development Of Food Doll Media For Nutrition Education Based On Food Dolls Surgery In Elementary School Children

Desi^{1*}, Ismi Trihardiani²

¹ Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

* Correspondence: desigizi77@gmail.com

Abstract. Efforts to deal with nutrition problems include increasing nutritional knowledge in children, especially school-age children. Through their freedom of imagination, children often use puppet media as a reference that is important and fun, so that in this case the role of the media is very important in increasing children's knowledge. This research is a pre-experiment. one group pre-post test. Data analysis in this study used the Paired Sample T-test. The subjects of this study were 35 students of public elementary school 1 Rasah Jaya, Kubu Raya Regency. Direct interview chose the data collection technique for filling out the questionnaire, to see the differences in knowledge before and after. Based on the results of the statistical test scores of knowledge before and after the intervention of 35 respondents, the p value is $0.000 < 0.05$, which shows that there is a significant difference between the knowledge scores before and after the study.

Keywords: Food Puppet Surgery, Knowledge

1. Latar Belakang

Masalah gizi anak adalah gangguan kesehatan anak yang disebabkan oleh tidak seimbangnya pemenuhan kebutuhan zat gizi yang diperoleh dari makanan (Syarief, 2010). Salah satu penyebab masalah gizi pada anak adalah kurangnya pengetahuan anak terhadap makanan bergizi (Santoso dan Ranti, 2009).

Upaya untuk menangani masalah gizi, diantaranya adalah peningkatan pengetahuan gizi pada anak, khususnya anak usia sekolah. Melalui kebebasan imajinasinya anak-anak kerap kali menjadikan media boneka sebagai referensi yang dianggap penting dan menyenangkan, sehingga dalam hal ini peranan media sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan pada anak (Armando, 2009).

Mengingat karakteristik anak yang menjadikan media boneka sebagai referensi yang penting dan menyenangkan, maka boneka dapat dijadikan media yang sesuai untuk proses pengajaran pada anak (Sudjana dan Rivai, 2001). Boneka dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk model yang mengungkapkan karakter dan memerankan suatu cerita dalam urutan yang erat dihubungkan dengan gambar dan dirancang untuk memberikan hiburan kepada para pembacanya (Sudjana dan Rivai, 2001).

Peranan pokok dari bedah boneka dalam pengajaran adalah kemampuannya dalam menciptakan ketertarikan bagi para siswa, sehingga diharapkan bedah boneka dapat membantu pemahaman anak tentang suatu informasi, dalam hal ini tentang pentingnya makanan bergizi. Mengingat boneka merupakan suatu bentuk media yang menarik anak melihatnya tanpa harus dibujuk, pemakaiannya yang luas dengan ilustrasi berwarna, model boneka yang ringkas, dengan perwatakan perannya yang realistis menarik semua siswa dari berbagai tingkat usia. Berdasarkan

peran boneka tersebut, maka diharapkan boneka dapat menjadi alat pengajaran yang efektif (Sudjana dan Rivai, 2001).

Pendidikan gizi pada anak usia dini bertujuan untuk membentuk perilaku gizi menjadi baik, mengingat kelompok usia ini memiliki kebiasaan, sikap yang masih relatif mudah dibentuk (Khomsan, 2003). Pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan gizi siswa yang dapat menjadi dasar untuk perubahan perilakunya (Desi, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian Desi 2015 yang telah dilakukan, didapatkan hasil 45% anak mempunyai pengetahuan mengenai makanan bergizi yang rendah, ini ditunjukkan adanya ketidakpahaman mengenai bahan makanan yang mengandung vitamin, kalsium, karbohidrat, protein dan lemak. Selain itu dari hasil wawancara beberapa anak dapat disimpulkan bahwa anak mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik, diantaranya tidak suka sayur, dan suka memilih makanan.

Pendidikan gizi yang dilakukan selama ini masih banyak menggunakan model penyuluhan, leaflet, dan poster. Penyuluhan gizi tidak terlepas dari media yang digunakan, dalam menggunakan media pendidikan gizi perlu dipertimbangkan karakteristik dan selera sasaran penyuluhan sehingga pesan gizi yang disampaikan dapat diterima secara efektif. Sebenarnya upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan media yang tepat, menarik, dan mudah dipahami bagi anak-anak (Desi dkk, 2015). Anak sekolah dasar merupakan usia yang lebih aktif beraktivitas dan bermain, mereka lebih tertarik pada media belajar yang menyenangkan.

Berdasarkan faktor ini perlu dikembangkan media pendidikan gizi yang tepat, menarik, dan disukai anak. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengembangan Media Boneka Makanan untuk Edukasi Gizi Berbasis Bedah Boneka Makanan Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya.

Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut, diperlukan adanya pengembangan media informasi yang komunikatif untuk menyampaikan pesan gizi, terutama mengenai sumber zat gizi makanan, kepada anak usia sekolah, sehingga anak usia sekolah dapat menerima dan memahami pesan gizi tersebut secara optimal. Pertanyaan yang muncul adalah bagaimana Pengembangan Media Boneka Makanan untuk Edukasi Gizi Berbasis Bedah Boneka Makanan Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya.

2. Metode

2.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *one grup pre-test dan posttest*. Sebelum perlakuan diberikan diberikan *pretest* (tes awal) dan di akhir diberi *posttest* (tes akhir). *Treatment* yang dilakukan adalah pemberian materi bedah boneka makanan.

2.2 Populasi dan Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan sampel ditentukan oleh peneliti sesuai dengan kriteria sampel. Pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan mengambil semua total sampel di kelas 4 dan kelas 5. Kriteria sampel penelitian ini adalah Sampel merupakan siswa di SDN 1 Rasau Jaya, siswa tidak dalam keadaan sakit kronik dan siswa tidak dalam menjalankan Diet/Pantangan.

2.3 Cara Pengumpulan Data

Tehnik pengumpulan data adalah upaya untuk mengamati variabel yang di teliti menggunakan cara observasi (pengamatan), yaitu melihat langsung pelaksanaan pendidikan gizi dengan metode bedah boneka makanan. Dan dengan cara Interview (Wawancara), yaitu menanyakan langsung kepada siswa manfaat makanan dan fungsi dari tri guna makanan.

2.4 Prosedur Pengumpulan Data

Dalam melaksanakan penelitian, pengumpulan data dilakukan melalui dua tahap. Tahap awal meliputi mengurus perijinan penelitian, koordinasi dengan kepala sekolah dan guru wali kelas SDN 1 Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya, memberikan penjelasan kepada enumerator tentang tata cara pengambilan data penelitian dan menyiapkan *instrument* penelitian, melakukan sampling penelitian dan mempersiapkan media boneka makanan untuk pendidikan gizi. Tahap Pelaksanaan meliputi penjelasan dan pengisian *informed consent* oleh orang tua sampel, pengukuran pengetahuan zat gizi bahan makanan dengan menggunakan kuesioner *sebelum penelitian dilakukan*, peneliti membagi menjadi beberapa kelompok. Anggota kelompok empat siswa, pendidikan gizi metode bedah boneka dilakukan setiap 1x/minggu durasi 20 menit setiap sesi dilakukan selama 2 bulan, pengukuran pengetahuan zat gizi bahan makanan dengan menggunakan kuesioner setelah penelitian dilakukan.

2.5 Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan pada tiap variabel penelitian karakteristik responden yang meliputi (nama, umur, jenis kelamin). Tujuan dari analisis univariat adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Analisis univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna, peringkasan tersebut berupa ukuran statistik, tabel, grafik. Sedangkan analisis bivariat merupakan model analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Paired Sample T-Test* untuk uji beda rata-rata (*mean*) melihat konsumsi sayur dan buah sebelum intervensi dan sesudah intervensi hasilnya ditunjukkan dengan nilai t.

3. Hasil

3.1 Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
1. Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	40,0
Perempuan	27	60,0
2. Umur		
≥11 tahun	36	80,0
<11 tahun	9	20,0
3. IMT		
Kurang	3	6,7

Normal	42	93,3
---------------	----	------

Sumber: Data Primer

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 45 responden jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki yaitu 60,0%. Umur pada anak sekolah di Sekolah Dasar Negeri 1 Rasau Jaya dari 45 responden lebih banyak yang berumur ≥ 11 tahun yaitu 80%. Sedangkan untuk indek massa tubuh dari 45 responden IMT normal 93,3%.

3.2 Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Tentang Zat Gizi Makanan

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa rata-rata skor pengetahuan tentang zat gizi makanan sebelum intervensi dari 45 responden yaitu 45,78 dan sesudah intervensi skor pengetahuan tentang zat gizi menjadi 72,33. Perbedaan rata-rata pengetahuan tentang zat gizi makanan didapat dengan melakukan uji statistik *paired t-test*. Uji ini dilakukan karena pada saat normalitas data hasil *shapiro-wilk* $> 0,05$ sehingga data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji statistik skor pengetahuan tentang zat gizi makanan sebelum dan sesudah intervensi dari 45 responden didapat *p value* $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan tentang zat gizi makanan sebelum dan sesudah.

Tabel 2. Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Tentang Zat Gizi Makanan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Nilai Statistik	Pengetahuan	
	Sebelum	Sesudah
Mean	45.78	72.33
Standar Deviasi	8.185	15.470
Standar Error Mean	1.220	2.306
<i>p Value</i>	0,000	

Sumber: Data Primer

4. Pembahasan

Bedah boneka merupakan salah satu metode belajar yang cocok dan sesuai untuk anak usia sekolah. Pada saat proses bedah boneka berlangsung terjadi sebuah penyerapan pengetahuan yang disampaikan peneliti kepada *audience*. Proses inilah yang menjadi pengalaman seorang anak (Kusumastuti, 2010). Setelah itu memilah mana yang dapat dijadikan panutan olehnya sehingga membentuknya menjadi moralitas yang dipegang sampai dewasa (Haryani, 2007). Anak mengadopsi penjelasan yang disampaikan oleh peneliti yang berisi tentang pesan-pesan zat gizi makanan yang baik untuk dikonsumsi, sehingga pengetahuan anak meningkat. Teknik dan metode penyampaian merupakan faktor penting yang menunjang keberhasilan transfer informasi. Tujuan penyampaian informasi harus menyesuaikan dengan kebutuhan dan metode yang digunakan harus sesuai dengan karakteristik kelompok yang akan menerima informasi tersebut. Kelebihan metode bedah boneka adalah anak mendapatkan pengalaman melihat zat-zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan tersebut bisa menjadi wahana untuk mengasah imajinasi, membuka pemahaman dan belajar pada pengalaman-pengalaman dirinya sendiri. Teknik membedah boneka makanan merupakan cara yang unik, menarik tanpa memaksa dan tanpa perlu menggurui sang anak.

Disamping itu boneka juga memiliki daya tarik pada anak, mengenalkan komunikasi efektif karena lewat boneka kita bisa berkomunikasi dengan suasana gembira.

Masa anak-anak adalah masa pertumbuhan baik secara fisik maupun emosional. Secara fisik, anak akan tumbuh dan berkembang menjadi semakin besar, tubuh semakin tinggi, gigi semakin kuat, rambut semakin panjang dan tenaga makin kuat. Sedangkan secara mental dan emosional, anak akan menjadi lebih pandai dan mengetahui perbedaan sesuatu. Anak bisa membedakan mana yang baik dan jelek, mana yang berbahaya dan tidak berbahaya. Selain itu, kemampuan mencari solusi dan pengetahuan memecahkan suatu masalah juga makin meningkat. Baik pertumbuhan fisik dan emosional, keduanya perlu diperhatikan. Ketika anak tahu mengenai manfaat zat-zat gizi anak akan sadar dan tertarik untuk mencoba mengonsumsinya. Pengenalan dan pemaparan zat gizi makanan secara berulang-ulang saat usia dini mampu meningkatkan kesukaan anak. Hal ini sangat berhubungan dengan pola orang tua dalam mengajarkan dan menanamkan kesukaan terhadap makanan, termasuk mengenal macam-macam bahan makanan serta manfaatnya bagi tubuh. Responden yang dibiasakan oleh orang tuanya untuk mengkonsumsi beraneka ragam makanan setiap hari akan cenderung menyukai dan bersikap positif dalam hal konsumsi makanan tersebut, maka hal ini akan tertanam dalam benak anak bahwa zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan memiliki banyak macam dan manfaat serta harus dikonsumsi setiap hari (Fibrihirzani, 2012). ada banyak hal yang mendukung pertumbuhan fisik pada anak, salah satunya adalah dengan selalu memperhatikan asupan gizi bagi tubuhnya. Setiap makanan dan minuman harus selalu dipastikan memiliki gizi yang bermanfaat. Sayuran merupakan salah diantara banyak jenis makanan yang penting untuk diberikan kepada anak-anak usia pertumbuhan, terutama yang mengandung vitamin. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pertumbuhan anak, perkembangan otak dan juga organ tubuhnya. Selain itu, manfaat lain bagi anak pun sangat besar yang membuat seorang ibu harus sering memberikan makanan padanya. Terdapat banyak sekali kandungan pada berbagai macam makanan yang semuanya bermanfaat. Namun, tidak semuanya harus diberikan pada anak secara bersamaan. Ada yang menjadi prioritas dan harus diutamakan untuk diberikan pada anak dari pada yang lainnya, ada pula yang tidak.

Menurut Santoso & Ranti, A, L. (2009), mengatakan sayur dan buah merupakan sumber zat gizi mikro yang sangat bermanfaat bagi tubuh, karena kedua komponen gizi tersebut sangat penting dalam proses metabolisme tubuh sebagai zat pengatur dan antibodi juga bermanfaat menurunkan insiden terkena penyakit kronis. Sayur dan buah merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak terutama pada anak usia prasekolah yakni 3-6 tahun, karena pada usia tersebut merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi anak-anak.

Kebiasaan makan pada anak tak lepas dari peran orang tua khususnya ibu dalam memberikan konsumsi, apabila ibu memberi anak makan sesuai pola menu seimbang dan diberikan terus menerus setiap harinya secara tidak langsung akan membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak Hasana (2012). Hal ini sejalan dengan pendapat Priyotno, (2015), faktor penguat untuk perubahan perilaku adalah faktor yang diperoleh dari orang terdekat dan adanya dukungan sosial yang diberikan ke individu tersebut seperti keluarga, teman, guru maupun petugas kesehatan yang dapat memperkuat perilaku. Dengan adanya dukungan yang diberikan dari orang-orang terdekat diharapkan dapat mendorong terjadinya perubahan perilaku.

Anak-anak sangat sulit untuk makan. Banyak faktor yang menjadi penyebab, diantaranya kurangnya pengenalan orang tua mengenai makanan kepada anak, serta kurangnya minat anak untuk makan yang beraneka ragam. Selain itu kurangnya pendidikan mengenai gizi yang perlu anak dapat, sehingga anak-anak kurang mengetahui pentingnya mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam.

Pada penelitian ini pendidikan gizi yang digunakan adalah dengan metode bedah boneka. Metode ini dapat melatih dan memperkaya kemampuan berbahasa dan memahami struktur kalimat yang lebih kompleks. Metode bedah boneka ini dilakukan anak sambil bercerita dapat memberikan efek menyenangkan, bahagia dan ceria, khususnya bila pengalaman saat membedah boneka menemui bahan makanan yang dihindari ternyata mempunyai manfaat yang sangat baik.

Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Desi dan Didik Hariyadi (2020) bercerita sebagai suatu cara meningkatkan pengetahuan anak dengan tujuan untuk mengasah imajinasi dan memberi pemahaman pada anak melalui belajar berdasarkan pengalaman tokoh-tokoh dalam dongeng kepada anak, karena tehnik bercerita merupakan cara yang unik untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada anak.

Pendidikan gizi perlu diberikan kepada anak, untuk mengarahkan pembiasaan dan cara makan yang lebih baik sehingga dapat menerapkan pengetahuan gizi dalam kebiasaan makan sehari-hari.

5. Kesimpulan

Ada perbedaan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi melalui metode bedah boneka makanan pada anak Sekolah Dasar Negeri 1 Rasau Jaya ($p=0.000$).

Daftar Pustaka

- Arisman. (2009). Gizi Dalam Daur Kehidupan, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta : Hal.65-66.
- Destiyani Cahya, Nugroho J. S, & Somantri B Elin. (2015). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Figerpuppets Terhadap Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Kelompok A Di Taman Kanak-Kanak Negeri Pembina Pontianak Barat, Universitas Muhammadiyah Pontianak. Pontianak. Hal. 2
- Desi, Hanim D. H, & Kusnandar, (2015). Pendidikan Gizi Melalui Permainan Model Ular Tangga untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin dan Konsumsi Protein Hewani Bagi Anak Taman Kanak-Kanak. Jurnal Gizi dan Kesehatan, Volum 2, No.2 Tahun 2015, Surakarta, Hal : 1 – 14.
- Desi, Didik Hariyadi. (2020). Nutrition Education Through Storytelling Methods To Increase Consumption of Vegetables and Fruits For Elemntary School ChildrenJurnal Teknologi Kesehatan Borneo, Vol. 1, No. 1 (2020) 41-47
- Fibrihirzani, Hafsah. (2012). Hubungan antara Karakteristik Individu, Orang tua dan Lingkungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SDN Beji 5 dan 7 Depok Tahun 2012. Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Jakarta
- Emilia Esi. (2009), Pendidikan Gizi Sebagai Salah Satu Sarana Perubahan Perilaku Gizi Pada Remaja, Tablurasa PPS UNIMED, Vol. 6 No. 2 tahun 2009, Medan. Hal. 170

- Handayani N. U. Tri. (2014), Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Dengan Metode Bercerita Menggunakan Wayang Kardus Pada Anak, PG-PAUD IKIP Veteran Semarang, Vol 2 No 2 tahun 2014, Semarang. Hal. 122.
- Hartati Sofia. (2005). Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Haryani. (2007). Mencerdaskan Anak dengan Dongeng. Universitas Negeri Yogyakarta. Diakses 18 Maret 2014 (<http://staff.uny.ac.id/>)
- Hasana, A. N. Gambaran Perilaku Ibu dalam Penyediaan Sayur Keluarga di Kelurahan Pasir Bidang Kecamatan Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah [Skripsi]. Medan: Universitas Sumatra Utara. 2012.
- Ichsan Buhannudin, Wibowo H. B, & Sidiq Nur M. (2015). Penyuluhan Pentingnya Sayuran Bagi Anak-Anak Di Tk Aisyiyah Kwadungan, Trowangsan, Malangjiwan, Colomadu, Karanganyar, Jawa Barat, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Vol 18 No 1 tahun 2015, Surakarta.
- Istiqomah, T. N. (2015). Pengaruh Penggunaan Media Boneka Tangan terhadap Kemampuan Menyimak Dongeng Siswa Kelas II SD Negeri Kotagede 3 Yogyakarta [Skripsi]. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Kusumastuti, Dina N. (2010). Pengaruh Kegiatan Storytelling terhadap Pertumbuhan Minat Baca Siswa di TK Bangun 1 Getas Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang. Skripsi Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro Semarang. (eprints.undip.ac.id/22141/).
- Khomsan Ali. (2003). Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Departemen Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga. Fakultas Pertanian IPB, Bogor.
- Notoadmodjo Soekidjo. (2003). Pengantar Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoadmodjo Soekidjo. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nuryanto, Pramono Adriyan, Puruhita Niken, & M. Fatimah S. (2014), Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar, Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Diponegoro. Hal. 32
- Priyoto. (2015). Perubahan dalam perilaku kesehatan konsep dan aplikasi. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Santoso, S., Ranti, AL. (2009). Kesehatan dan Gizi. PT. Asdi Masatya: Jakarta.
- Sartika Ika, dkk. (2014). Pengetahuan Dan Keterampilan Pemilihan Makanan Sehari-Hari Mahasiswa Program Studi Pendidikan Tata Busana. Media Pendidikan, Gizi dan Kuliner. Vol.3, No.1, November 2014
- Supariasa I. D. (2012), Pendidikan Dan Konsultasi Gizi, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta : hal.3
- Suardi Moh. (2016). Pengantar Pendidikan, Permata Putrid Media, Jakarta Barat : hal.6
- Suhardjo. (2003). Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara.

Wirakusumah Emma S, (2006). Jus Buah Dan Sayur, Penebar Swadaya, Jakarta : hal 46.

Yus Anita. (2011). Model Pendidikan Anak Usia Dini, Rawamangun, Jakarta.