

UJI COBA KARTU MOTIVASI SEBAGAI MEDIA GIZI UNTUK ANAK SD DI SDI TUNAS CENDEKIA TANGGERANG SELATAN

Wiwit Wijayanti¹, Slamet Santoso Kurniawan², Maharani Anjarsari Irawan³

^{1,2,3}Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas MH

Thamrin

Alamat korespondensi: fara2708@gmail.com

ABSTRAK

Anak usia sekolah merupakan golongan yang mempunyai karakteristik mulai mencoba mengembangkan kemandirian dan menentukan batasan-batasan norma. Variasi individu mulai lebih mudah dikenali seperti pertumbuhan dan perkembangannya, pola aktivitas, kebutuhan zat gizi, perkembangan kepribadian, serta asupan makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penerimaan uji coba kartu motivasi ini dapat berguna untuk anak di SDI Tunas Cendekia di Tangerang Selatan. Populasi penelitian ini adalah Anak kelas III dan IV yang berjumlah 47 Responden. Dapat dilihat bahwa kategori pada anggur yang menyatakan Suka berjenis kelamin laki-laki 20 responden (42,5%) menilai kategori baik pada anggur, tetapi masih ada siswa yang mengatakan kurang suka dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 responden (6,4%). Dapat dilihat bahwa kartu motivasi masuk dalam fungsi afektif yaitu media kartu yang dapat terlihat dari tingkat kenikmatan siswa ketika belajar (atau membaca) teks yang bergambar. Gambar atau lambang visual dapat menggugah emosi dan sikap siswa, misalnya informasi yang menyangkut masalah sosial atau ras.

Kata Kunci : Kartu Motivasi, Media Gizi

PENDAHULUAN

Berdasarkan penelitian hasil survei riset Nestle (2012), jenis makanan yang sering dikonsumsi untuk sarapan pagi adalah nasi, rebusan umbi-umbian, mie, biskuit dan sereal. Pada jenis makanan nasi dan rebusan tidak diimbangi dengan lauk yang mengandung protein dan vitamin. Jenis minuman yang paling sering dikonsumsi untuk sarapan adalah air mineral, sirup, susu dengan kadar gula yang tinggi dan susu dengan kadar gula yang rendah. Hal tersebut karena kecenderungan orang Indonesia melakukan sarapan pagi hanya untuk mengisi tenaga dan belum mengutamakan keseimbangan gizi. Berdasarkan penelitian Hardinsyah dan Aries (2012), sepuluh jenis makanan yang paling favorit dikonsumsi saat sarapan oleh anak 6-12 tahun adalah nasi putih, telur ceplok/dadar, tempe goreng, sayur berkuah, ikan goreng, mie instan, nasi goreng, sayuran (tumis), tahu goreng, serta roti dan turunannya. Menurut Hardinsyah (2015), masyarakat kota pada dasarnya mampu untuk sarapan bergizi, namun karena faktor gaya hidup membuat mereka jarang sarapan. Hal ini terjadi karena waktu istirahat terbuang akibat terlalu banyak berjejaring sosial, main *games* atau menonton televisi hingga larut malam, hasilnya mereka sering telat bangun dan orangtua tidak sempat membuatkan sarapan untuk anak-anaknya. Waktu sarapan yang baik adalah antara pukul 05.00 hingga 09.00 pagi dengan kadar tidak lebih dari 300-400 kilo kalori atau 25%

dari kebutuhan kalori harian sebesar 1.400-1.500 kilo kalori. Seorang anak yang sarapan memiliki prestasi akademis yang jauh lebih baik ketimbang yang tidak sarapan.

Pendidikan gizi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan gizi kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan agar bisa memperoleh pengetahuan tentang gizi yang lebih baik sehingga dapat berpengaruh sikap dan perilaku. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses pendidikan gizi yaitu metode, materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau media yang digunakan untuk menyampaikan pesan (Notoatmodjo, 2010). Rata-rata skor pengetahuan pada anak sekolah dasar di Kota Depok sebesar 67,81 poin, sedangkan di wilayah perkotaan dan pedesaan Banten menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut-turut sebesar 69,57 poin dan 70,65 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah (Achadi, 2010).

Upaya pendidikan gizi akan berhasil sesuai dengan tujuan yang diharapkan jika didukung dengan alat peraga yang tepat untuk memperjelas pesan dan meningkatkan efektivitas proses pendidikan gizi (Supariasa, 2013). Sejauh ini pendidikan gizi yang kerap dilakukan kepada anak-anak menggunakan alat peraga poster, leaflet dan Kartu Motivasi. Penelitian (Safriana, 2012) menunjukkan bahwa 64% anak sekolah dasar mengaku terpengaruh dengan media elektronik (televise) sebagai media iklan dan menunjukkan hubungan yang bermakna antara pengaruh media dengan perilaku memilih jajanan anak sekolah dasar.

Pengelompokan media berdasarkan perkembangan teknologi dibagi menjadi media cetak, audiovisual, dan komputer. Media pembelajaran adalah metode dan teknik yang digunakan untuk mengaktifkan komunikasi dan interaksi antara penyaji dan siswa dalam proses pendidikan dan pengajaran. Salah satu kelebihan adalah informasi yang didapatkan dari animasi tersimpan pada memori jangka panjang. Penelitian tersebut memberikan bukti bahwa animasi dapat berpengaruh terhadap memori jangka panjang. Pernyataan yang sama oleh (Balazinski & Przybylo, 2005) pada *Journal of Manufacturing Systems* dalam penelitiannya yang berjudul *Teaching Manufacturing Processes Using Computer Animation*, menyebutkan bahwa penggunaan media animasi dalam pembelajaran dapat mengurangi waktu proses pembelajaran serta hasil tes meningkat sebesar 5%. Pendapat tersebut memperkuat asumsi bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan media khususnya media animasi dapat memberikan kemudahan pemahaman siswa, sehingga mampu meningkatkan pencapaian hasil belajar siswa (Sukiyasa, 2013)

Contento, 2007 menyatakan bahwa penggunaan warna dan gambar dapat meningkatkan motivasi anak dalam menerima pesan. Media kartun memanfaatkan perkembangan teknologi untuk

meningkatkan pengetahuan sehingga diharapkan dapat mempermudah dalam penyampaian informasi. Dari hasil pemberian Kartu Motivasi kepada 47 (Empat Puluh Tujuh) siswa/siswi kelas III dan IV SDITunas Cendekia di Tangerang Selatan kurangnya pengetahuan tentang makanan bergizi. Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pentingnya Mengonsumsi makanan bergizi agar konsentrasi belajar dan meningkatkan prestasi.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian Uji Coba Kartu Motivasi Sebagai Media Gizi untuk Anak SD Di SDI Tunas Cendekia Tangerang Selatan.

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Kartu Motivasi Sebagai Media Gizi untuk Anak SD di SDI Tunas Cendekia Tangerang Selatan. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode *Purposive sampling*. Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi di SDI Tunas Cendekia Tangerang Selatan. Sampel di penelitian ini adalah siswa-siswi aktif kelas III dan IV.

HASIL DAN PEMBAHASAN

SDI Tunas Cendekia berlokasi di Jl. Kayu Gede II No. 43 Regency Pakujaya Serpong Utara Tangerang Selatan. Pemilihan SDI Tunas Cendekia Tangerang Selatan sebagai tempat penelitian adalah selain dukungan dari pihak sekolah untuk penelitian ini, baik kepala sekolah dan segenap stafnya. SDI Tunas Cendekia merupakan salah satu sekolah yang mempunyai komitmen untuk meningkatkan derajat kesehatan baik kesehatan masyarakat sekolah, masyarakat di luar wilayah sekolah dan lingkungannya.

Sekolah Dasar Swasta Islam Tunas Cendekia merupakan lembaga pendidikan yang dikelola oleh Yayasan Ibu Hj. Nur sebagai wujud kepedulian yang besar terhadap upaya mempersiapkan generasi muda islam yang berkualitas. SDI Tunas Cendekia mulai beroperasi sejak tahun 2009.

Dengan sistem keterpaduan ini, proses pembelajaran menjadi lebih lama dari sekolah formal pada umumnya. Kegiatan belajar mengajar dilaksanakan mulai pukul 07.15 s.d. 14.20 WIB. Dasar penerapan program ini adalah “integrated curriculum and integrated acticity”, dan dengan metode pembelajaran yang menarik dan rekreatif serta diperhatikannya program pengayaan bagi siswa berprestasi dan remedial bagi siswa yang lambat. Dengan metode pembelajaran seperti ini, diharapkan, siswa dapat belajar dengan ceria, tanpa terbebani, dan berprestasi dengan baik.

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah kelas III dan IV yang sama-sama mendapatkan perlakuan.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kelas III		Kelas IV	
	n	%	n	%
Laki-Laki	12	44,1	9	36,7
Perempuan	15	55,9	11	63,3

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden adalah perempuan yaitu 55,9% pada kelas III dan 63,3% pada kelas IV.

Hasil Penilaian Terhadap Kartu

Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Penilaian terhadap Media Visual

Media Visual	B				C				K				Total
	P		L		P		L		P		L		
	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Tomat	11	23,4	12	25,5	10	21,3	9	19,2	2	4,3	3	6,4	47
Anggur	16	34,1	20	42,5	5	10,6	6	12,8	1	2,2	0	0	47
Ikan	14	29,8	18	38,3	10	21,3	4	8,5	0	0	1	2,2	47

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar 34,1% perempuan dan 42,5% laki-laki menilai baik pada Media Visual Anggur. Pada Media Visual Ikan penilaian baik sebesar 29,8% perempuan dan 38,3% laki-laki Untuk Media Visual Tomat yang menilai Baik 23,4% perempuan dan 25,5% laki-laki. dan ada juga yang menilai kurang pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 responden (6,4%) pada kartu tomat .

Keefektifan media Kartu bergambar juga terdapat dalam penelitian (Saputra dan Shofa, 2005) pada siswa kelas IV SD Negeri Bandungrejo 02 Mranggen. Penggunaan media Media Visual memperoleh hasil yang lebih baik dibandingkan dengan metode konvensional. Menurut Notoatmodjo, 2007 untuk pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (30%) dan indera pendengaran (10%). Media Visual ini diharapkan sebagai media untuk meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi anak, sehingga anak mulai belajar menerapkan hal yang dipelajari dan akhirnya dapat membentuk pengetahuan yang baik pula.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar (55,3%) responden berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 34 (72,3%) responden menilai baik pada Media Visual anggur.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. dan Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana.
- Affenito, S. (2005). Teen Girls Skip Breakfast More As They Age. *Journal of the American Dietetic Association*. Vol 105.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S., Suhardjono, dan Supardi. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2007). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2010). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Contento, I.R. (2007). *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice*. Sudbury: Jones and Bartlett Publishers.
- DepKes RI. (1996). *Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*. Jakarta Edisi II.
- DepKes RI. (2006). *Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. Jakarta: DepKes RI.
- Eliana, D., Dahlan, U. A. (2015). Pengaruh Buku Saku Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Anak Kelas 5 Muhammadiyah Dadapan Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 6(2), 162-232.
- Fitriani, S. (2011). *Promosi Kesehatan*. Cetakan 1. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hardinsyah. (2015). *Berbagi PESAN (Pekan Sarapan Nasional)*. Materi Kampanye Berbagi PESAN di Jakarta 2015. April 17, 2016. <http://pergizi.org>.
- KemenKes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. April 26, 2016. <http://gizi.depkes.go.id>.
- Khomsan, A. (2000). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: IPB.
- Khomsan, A. (2010). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Khumaidi. (1994). *Gizi Masyarakat*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

- Lucie, S. (2005). *Teknik Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Machfoedz, I. dan Suryani, S. (2007). *Pendidikan Kesehatan bagian dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Martinah. (2008). *Gizi Buruk Tanggung Jawab Pemerintah*. April, 27, 2016. www.bappenas.go.id.
- Moehji, S. (2009). *Ilmu Gizi 1 Pengetahuan Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Bhratara Niaga Media.
- NestleIndonesia. (2012). *NestleResearchCentre*. April 17, 2016. <http://www.sahabatnestle.co.id>.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan, Teori & Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pickett, G. dan Hanlon, J.J. (2009). *Kesehatan Masyarakat: Administrasi dan Praktik* (edisi 9). Jakarta: EGC.
- Rahmawati, I., Sudargo, T., Paramastri, I. 2007. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audiovisual Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kotawaringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Gizi Klinik, 4 (2)*, 69-77.
- Sadiman, A., Rahardjo, R., Haryono, A., & Rahardjito. (2009). *Media Pendidikan, Pengertian, Pengembangan, Dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Saputra, H. J., Shofa, V.M. Keefektifan Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Menulis Karangan Narasi dan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri Bandungrejo 02 Mranggen. *Jurnal Gizi Masyarakat, 330-345*.
- Sarwono, S. (2009). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Suhardjo. (2003). *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukiyasa, K., Sukoco. (2013). Pengaruh Media Animasi Terhadap Hasil Belajar dan Motivasi Belajar Siswa Materi Sistem Kelistrikan Otomotif. *Jurnal Pendidikan Vokasi* 5(1), 126-137.

- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supariasa, I.D.N. (2013). *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta: EGC.
- Utomo, W. P. (2012). Peningkatan Kualitas Pembelajaran Keterampilan Menyimak (Buku Teks Anak Yang Dibacakan Guru) Menggunakan Media Film Animasi Pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 3 Tempursari Kecamatan Sidoharjo Kabupaten Wonogiri . Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wibowo, S., & Suryani, D. (2013). Pengaruh Promosi Kesehatan Metode Audio Visual Pengetahuan Penggunaan Monosodium Glutamat (Msg) Pada Ibu Rumah Tangga, *Jurnal Kesmas* 7(2), 67-74.
- Zulfrida. (2003). Gambaran Pola Konsumsi Makanan Murid Sekolah Dasar Islam Terpadu Siti Hajar di Kota Medan Tahun 2003. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sumatera Utara. Medan.