

The Effect of Education Through Poster, Animation and Miniature on Obesity Knowledge in Elementary School Children

Anisa Sagita¹, Ratih Kurniasari², Linda Riski Sefrina³
^{1,2,3}Universitas Singaperbangsa Karawang,
Email: 1810631220036@student.unsika.ac.id

ABSTRACT

Nutrition problems in children in Indonesia has always been a problem that does not improve, namely the problem of overweight and obesity. The level of knowledge in children about overweight and obesity is one of the factors that can influence the occurrence of obesity in children. Most of the occurrence of nutritional problems can be solved and prevented if the children have sufficient knowledge about overweight and obesity and in regulating their food. The purpose of this research is to find out the influence of providing nutrition education and education on obesity through animated and miniature video media in elementary school children. Type of quasi experimental research with pre post test design with control group design. The research subjects of elementary school children aged 8-13 years old who numbered 45 people with 3 intervention groups got education through posters, animated videos and miniatures. The results showed the average value of children's knowledge after. and before being given education for poster groups the average value of knowledge before 5.73 and after 9.87, the group animated video knowledge before 5.60 and after 9.80 and for miniature groups of knowledge before 5.60 and after 9.80 attitudes before 36.45 and after 39.65. The conclusion of this study is that there is an educational influence by using audio visual media and leaflets on improving knowledge in children. So that this media can be used as an educational media for children.

Keywords: *Obesity, Overweight, Animation, Poster, Miniature*

Pengaruh Edukasi Melalui Media Poster, Animasi dan Miniatur Terhadap Pengetahuan Obesitas Anak Sekolah Dasar

ABSTRAK

Permasalahan gizi pada anak di Indonesia selalu menjadi permasalahan yang tidak kunjung membaik, yaitu permasalahan overweight dan obesitas. Tingkat pengetahuan pada anak mengenai overweight dan obesitas merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak. Sebagian besar kejadian masalah gizi lebih dapat diatasi dan dicegah apabila anak-anak tersebut memiliki ilmu pengetahuan yang cukup tentang overweight dan obesitas dan dalam mengatur makanannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan gizi dan edukasi mengenai obesitas melalui media video animasi dan miniatur pada anak sekolah dasar. Jenis penelitian quasi experimental dengan rancangan *pre post test with control group design*. Subjek penelitian anak sekolah dasar berusia 8-13 tahun yang berjumlah 45 orang dengan 3 kelompok Intervensi mendapat edukasi melalui media poster, video animasi dan miniatur. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan anak-anak sesudah dan sebelum diberikan edukasi untuk kelompok poster nilai rata-rata pengetahuan

sebelum 5,73 dan sesudah 9,87, kelompok video animasi pengetahuan sebelum 5,60 dan sesudah 9,80 dan untuk kelompok miniatur pengetahuan sebelum 5,60 dan sesudah 9,80 sikap sebelum 36,45 dan sesudah 39,65. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh edukasi dengan menggunakan media audio visual dan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pada anak-anak. Sehingga media ini dapat digunakan sebagai media edukasi untuk anak-anak.

Kata kunci: Obesitas, overweight, animasi, poster, miniatur

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak di Indonesia akhir-akhir ini cenderung menunjukkan masalah gizi ganda yang berarti, di samping masih berkebutuhan dalam menghadapi gizi kurang (malnutrisi), di lain pihak pada golongan masyarakat tertentu di kota besar, kita mulai menghadapi masalah gizi lebih atau obesitas (Junaidi & Noviyanda, 2016). Permasalahan obesitas tidak hanya terjadi di Indonesia saja, lebih dari sembilan juta anak di dunia berusia 6 tahun ke atas mengalami obesitas, hingga kini angkanya terus melonjak dua kali lipat pada anak usia 2-5 tahun dan usia 12-19 tahun, bahkan meningkat tiga kali lipat pada anak usia 6-12 tahun (Sajawandi, 2015). Obesitas merupakan keadaan indeks massa tubuh (IMT) anak yang berada di atas persentil ke-95 pada grafik tumbuh kembang anak sesuai jenis kelaminnya (Aprilia, 2015). Obesitas pada masa anak dapat meningkatkan kejadian diabetes mellitus (DM) tipe 2. Selain itu, juga berisiko untuk menjadi obesitas pada saat dewasa dan berpotensi mengakibatkan gangguan metabolisme glukosa dan penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, penyumbatan pembuluh darah dan lain-lain (Sartika, 2011).

Faktor-faktor penyebab obesitas yaitu faktor genetik, faktor lingkungan, faktor nutritional, dan faktor sosial ekonomi. Parental fatness merupakan faktor genetik

yang berperan besar. Bila kedua orang tua obesitas, 80% anaknya menjadi obesitas; bila salah satu orang tua obesitas, kejadian obesitas menjadi 40 % dan bila kedua orang tua tidak obesitas, kejadian obesitas, prevalensi menjadi 14 % (Dewi, 2015). Faktor pemilihan makanan yang salah juga merupakan faktor yang dapat menyebabkan obesitas salah satu contoh makanannya yaitu junk food. Efek makanan cepat saji terhadap tubuh yakni dapat mempengaruhi tingkat energi tubuh. Junk food tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan tubuh agar tetap sehat, selain itu junk food juga mengandung sejumlah besar lemak, dan sebagai lemak terakumulasi dalam tubuh. Pengonsumsi akan bertambah berat badannya dan bisa menjadi obesitas (Damapolii et al., 2013).

Selain itu faktor yang dapat mempengaruhi gizi pada anak adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi dan tentang obesitas itu sendiri. Kurangnya pengetahuan tersebut akan mengurangi kemampuannya untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian edukasi atau pendidikan pada anak merupakan salah satu cara untuk mengatasi dan mencegah terjadinya obesitas pada anak. Pendidikan tentang gizi dan obesitas dapat membuat anak dengan obesitas maupun tidak obesitas dapat mengontrol dan menjaga gaya hidup

nya. Hasil penelitian pengaruh pendidikan tentang pemilihan jajan yang dilakukan oleh untuk kesehatan anak oleh Mulyani tahun 2017 mendapatkan hasil yang memuaskan dimana perbedaan sebelum dan setelah diberikan edukasi sangat signifikan (Mulyawati et al., 2017).

Pemberian edukasi yang menarik juga dapat membuat seseorang dapat dengan mudah menyerap informasi dengan mudah terutama pada anak-anak. Penelitian yang dilakukan Nugroho tahun 2018 tentang pemberian edukasi dengan media komik kepada anak sekolah dasar berhasil meningkatkan skor pengetahuan tentang obesitas pada anak sekolah dasar (Nugroho, 2018). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan gizi dan edukasi mengenai obesitas melalui media video animasi dan miniatur pada anak sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian quasi experimental dengan rancangan pre-post test group design. Penelitian ini menggambarkan perbandingan antara 3 kelompok perlakuan. Populasi target dalam penelitian ini adalah anak sekolah dasar dengan rentang usia 8-13 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan melakukan observasi pertama (pretest) sebelum diberikan edukasi dan setelah dilakukan observasi kembali (post-test) untuk melihat hasil atau pengaruh dari intervensi yang diberikan. Data hasil pengetahuan diperoleh dari pengisian kuesioner sebelum dan setelah edukasi. Total sampel sebanyak 45 subjek di setiap kelompok perlakuan yang dipilih secara purposive sampling yaitu kelompok 1 yang diberi edukasi melalui poster, kelompok 2 yang diberikan video animasi dan kelompok 3 yang diberikan miniatur.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Subjek

| Variabel | Poster | | Animasi | | Miniatur | | p- value |
|---------------|--------|------|---------|------|----------|------|----------|
| | n | % | n | % | n | % | |
| Jenis Kelamin | | | | | | | |
| Laki-laki | 10 | 41,7 | 9 | 37,5 | 5 | 20,8 | 0,153 |
| Perempuan | 5 | 23,8 | 6 | 28,6 | 10 | 47,6 | |
| Usia | | | | | | | |
| 8 tahun | 1 | 25,0 | 1 | 25,0 | 2 | 50,0 | 0,950 |
| 9 tahun | 1 | 33,3 | 1 | 33,3 | 1 | 33,3 | |
| 10 tahun | 2 | 66,7 | 0 | 0 | 1 | 33,3 | |
| 11 tahun | 7 | 38,9 | 6 | 33,3 | 5 | 27,8 | |
| 12 tahun | 3 | 23,1 | 5 | 38,5 | 5 | 38,5 | |
| 13 tahun | 1 | 25,0 | 2 | 50,0 | 1 | 25,0 | |

Berdasarkan distribusi tabel 1 dengan menggunakan uji chi-square menunjukkan bahwa pada kelompok poster dengan persentase laki- laki 41,7% dan perempuan 23,8%, pada kelompok animasi dengan persentase laki-laki 37,5% dan perempuan

28,6% sedangkan pada kelompok miniatur dengan persentase laki-laki 20,8% dan perempuan 47,6%. Persentase usia pada kelompok poster yaitu 8 tahun sebanyak 25%, 9 tahun sebanyak 33,3%, 10 tahun sebanyak 66,7%,11 tahun sebanyak 38,9%, 12

tahun sebanyak 23,1% dan 13 tahun sebanyak 25%. Pada kelompok animasi yaitu 8 tahun sebanyak 25%, 9 tahun sebanyak 33,3%, 10 tahun sebanyak 0%, 11 tahun sebanyak 33,3%, 12 tahun sebanyak 38,5% dan 13 tahun sebanyak 50%. Sedangkan

pada kelompok miniatur yaitu 8 tahun sebanyak 50%, 9 tahun sebanyak 33,3%, 10 tahun sebanyak 33,3%, 11 tahun sebanyak 27,8%, 12 tahun sebanyak 38,5% dan 13 tahun sebanyak 25%.

Tabel 2. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan

| Pengetahuan | Pre-Test | | Post-Test | | p-value |
|-------------|----------|--------------|-----------|--------------|---------|
| | Min-Max | Mean ± SD | Min-Max | Mean ± SD | |
| Poster | 4-9 | 5,73 ± 1,387 | 9-10 | 9,87 ± 0,352 | 0,001 |
| Animasi | 4-8 | 5,60 ± 1,183 | 8-10 | 9,80 ± 0,561 | 0,001 |
| Miniatur | 4-8 | 5,60 ± 1,183 | 8-10 | 9,80 ± 0,561 | 0,001 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa kelompok dengan media poster sebelum diberikan poster pengetahuan anak dengan nilai rata-rata atau mean 5,73 dengan standar deviasi 1,387 dan meningkat menjadi 9,87 dengan standar deviasi 0,352 sesudah diberikan poster. Hasil uji statistik Wilcoxon pada pengetahuan didapatkan p-value (0,001) atau nilai $p < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan poster. Pada kelompok dengan media animasi sebelum diberikan video animasi pengetahuan anak dengan nilai rata-rata atau mean 5,60 dengan standar deviasi 1,183 dan meningkat menjadi 9,80 dengan standar deviasi 0,561 sesudah diberikan video animasi.

Hasil uji statistik Wilcoxon pada pengetahuan didapatkan p-value (0,001) atau nilai $p < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan video animasi. Hasil dari kelompok dengan media miniatur memiliki hasil yang sama dengan media animasi yaitu sebelum diberikan miniatur pengetahuan anak dengan nilai rata-rata atau mean 5,60 dengan standar deviasi 1,183 dan

meningkat menjadi 9,80 dengan standar deviasi 0,561 sesudah diberikan miniatur. Hasil uji statistik Wilcoxon pada pengetahuan didapatkan p-value (0,001) atau nilai $p < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan miniatur.

PEMBAHASAN

Kuesioner yang diberikan kepada responden merupakan kuesioner yang dikutip dari penelitian Riskita,A.A 2020 dengan memilih 10 pertanyaan yang sesuai dengan materi pada media peneliti (Riskita, 2020).

1.Pengaruh media poster terhadap pengetahuan obesitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah diberikan poster, dilihat dari nilai rata-rata setelah diberikan poster yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan poster. Pemberian poster dilakukan sebanyak 1 kali selama 3 hari. Variabel pengetahuan diukur 1 kali sebelum diberikan poster dan 3 hari setelah diberikan poster.

Dalam proses pemberian edukasi dilakukan dengan mengisi

kuesioner yang diberikan kepada responden sebelum dan setelah diberikan poster. Poster diberikan kepada tiap responden sebagai bahan bacaan dan media pada saat melakukan edukasi. Poster yang diberikan kepada responden berisi tentang pengertian overweight dan obesitas, resiko dan faktor apa saja yang dapat menyebabkan overweight dan obesitas, cara pencegahannya overweight dan obesitas, makanan dan minuman apa saja yang kurang baik serta penjelasan mengenai gizi seimbang.

Hasil dari kuesioner yang diberikan sebelum pemberian media tentang pengetahuan yaitu ditemukan beberapa responden banyak menjawab salah pada pertanyaan tentang makanan dan minuman apa saja yang tidak sehat dan beresiko menderita overweight dan obesitas jika dikonsumsi terus menerus. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan responden mengenai pemilihan makanan yang tepat dan baik untuk dikonsumsi. Hasil uji statistik wilcoxon pada pretest dan posttest pengetahuan didapatkan $p\text{-value}=0,001$ yang artinya terdapat pengaruh edukasi dengan media poster terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

2.Pengaruh media video animasi terhadap pengetahuan obesitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah diberikan video animasi, dilihat dari nilai rata-rata setelah di berikan video animasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan video animasi. Pemberian video animasi juga dilakukan sebanyak 1 kali selama 3 hari. Variabel pengetahuan diukur 1 kali sebelum

diberikan video animasi dan 3 hari setelah diberikan video animasi.

Dalam proses pemberian edukasi dilakukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan kepada responden sebelum dan setelah diberikan video animasi. Video animasi diberikan dan dipertontonkan kepada tiap responden satu kali secara bersama-sama dengan tertib. Video animasi yang diberikan kepada responden berdurasi kurang lebih 6 menit dengan iringan musik hal ini dilakukan agar anak-anak tidak merasa bosan saat diberikan edukasi. Video animasi ini berisikan tentang pengertian overweight dan obesitas, resiko dan faktor apa saja yang dapat menyebabkan overweight dan obesitas, cara pencegahannya overweight dan obesitas, makanan dan minuman apa saja yang kurang baik serta penjelasan mengenai gizi seimbang.

Hasil dari kuesioner yang diberikan sebelum pemberian media tentang pengetahuan yaitu ditemukan beberapa responden banyak menjawab salah pada pertanyaan tentang makanan dan minuman apa saja yang baik untuk kesehatan tubuh dan dapat mencegah terjadinya overweight dan obesitas. Hal ini juga sama dikarenakan kurangnya pengetahuan responden mengenai pemilihan makanan yang tepat dan baik untuk dikonsumsi. Hasil uji statistik wilcoxon pada pretest dan posttest pengetahuan didapatkan $p\text{-value}=0,001$ yang artinya terdapat pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meidiana, R., et al tahun 2018. Penelitian ini dilakukan dengan

media audio visual yaitu diberikan video dimana hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat sesudah diberikan media audio visual, dilihat dari nilai rata-rata sesudah diberikan media audio visual yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum di berikan video (Meidiana et al., 2018).

Menurut Firdaus tahun 2016 media audio-visual dapat meningkatkan hasil belajar karena melibatkan imajinasi dan meningkatkan motivasi belajar siswa. Penggunaan media dalam pembelajaran sangat dianjurkan untuk mempertinggi kualitas pembelajaran. Media audio-visual mendorong keinginan untuk mengetahui lebih banyak (Firdaus et al., 2016).

3.Pengaruh media miniatur terhadap pengetahuan obesitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah diberikan media miniatur, dilihat dari nilai rata-rata setelah diberikan media miniatur yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan media miniatur. Pemberian media miniatur juga dilakukan sebanyak 1 kali selama 3 hari sama dengan pemberian poster dan animasi. Variabel pengetahuan diukur 1 kali sebelum diberikan media miniatur dan 3 hari setelah diberikan media miniatur.

Dalam proses pemberian edukasi dilakukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan kepada responden sebelum dan setelah diberikan media miniatur. Media miniatur diberikan kepada tiap responden satu kali secara bersama-sama dengan cara menjelaskan apa-

apa saja yang dimaksud dari miniatur tersebut. Media miniatur yang diberikan kepada responden berupa orang-orangan yang sedang melakukan aktivitas untuk mencegah overweight dan obesitas, mengkonsumsi gizi seimbang, berisikan palang mainan yang berisi tentang pengertian overweight dan obesitas, bentuk-bentuk faktor yang dapat menyebabkan overweight dan obesitas, orang—orangan yang mengkonsumsi makanan dan minuman yang kurang baik. Media ini diberikan tambahan penjelasan oleh peneliti.

Hasil dari kuesioner yang diberikan sebelum pemberian media tentang pengetahuan yaitu ditemukan beberapa responden banyak menjawab salah pada pertanyaan tentang makanan dan minuman apa saja yang tidak sehat dan beresiko menderita overweight dan obesitas jika dikonsumsi terus menerus. Hal ini sama dengan kelompok poster dan ini dikarenakan kurangnya pengetahuan responden mengenai pemilihan makanan yang tepat dan baik untuk dikonsumsi. Hasil uji statistik wilcoxon pada pretest dan posttest pengetahuan didapatkan $p\text{-value}=0,001$ yang artinya terdapat pengaruh edukasi dengan media poster terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

KESIMPULAN

Pendidikan edukasi kesehatan mengenai obesitas menggunakan media poster, video animasi dan miniatur sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan pada anak-anak . Dengan demikian, media poster, video animasi dan miniatur dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pada anak-anak.

SARAN

Sebaiknya frekuensi pemberian media dilakukan lebih dari sekali misalnya sebanyak 3 kali secara bertahap selama dilakukan penelitian agar memberikan pengaruh yang lebih maksimal dan juga ilmu yang didapat benar-benar dapat dipahami dan terus diingat responden. Selain menggunakan media poster, video animasi dan miniatur penelitian selanjutnya bisa menggunakan permainan secara langsung atau dengan video game dan lain sebagainya agar pendidikan kesehatan yang diberikan menjadi lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, A. (2015). Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Majority*, 4(7), 45–48.
<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/viewFile/1446/1281>
- Damapolii, W., Mayulu, N., & Masi, G. (2013). Hubungan Konsumsi Fastfood Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sd Di Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 111774.
- Dewi, M. C. (2015). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas pada Anak. *Majority*, 4(8), 53–56.
- Firdaus, A., Sukarno, A., & Sary, R. M. (2016). Penerapan Media Audio Visual Pada Hasil Belajar Matematika Materi Operasi Hitung Campuran Kelas Iv Sd Negeri 02 Doro. *Prodising Seminar Nasional Universitas PGRI Semarang*.
- Junaidi, J., & Noviyanda, N. (2016). Kebiasaan Konsumsi Fast Food terhadap Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 1(2), 78.
<https://doi.org/10.30867/action.v1i2.14>
- Meidiana, R., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 478.
<https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.961>
- Mulyawati, I., Kuswardinah, A., & Yuniastuti, A. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Keamanan Jajanan terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 1–8.
- Nugroho, A. (2018). Pengaruh Media Pendidikan Gizi (Komik) terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Berat Badan pada Anak Sekolah Dasar dengan Obesitas. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 57.
<https://doi.org/10.26630/jk.v9i1.746>
- Riskita, A. A. (2020). *Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi “Yuk Atasi Obesitasmu” Dalam Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Upaya Penanggulangan Obesitas di Desa Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta* (Vol. 2507, Issue February).
- Sajawandi, L. (2015). Pengaruh Obesitas pada Perkembangan Siswa Sekolah Dasar dan Penanganannya dari Pihak Sekolah dan Keluarga. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD) UNTIRTA*, 1(2), 1–13.
- Sartika, R. A. D. (2011). Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun di Indonesia. *Makara, Kesehatan*, 15(1), 37–43.