

SKRIPSI

EFEKTIVITAS EDUKASI PEDOMAN GIZI SEIMBANG MELALUI MEDIA *FLASHCARD* PADA SISWA DI SDN 013 SEKUPANG



OLEH

NAMA : ALYA AVANY
NIM : 10021281924041

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

EFEKTIVITAS EDUKASI PEDOMAN GIZI SEIMBANG MELALUI MEDIA *FLASHCARD* PADA SISWA DI SDN 013 SEKUPANG

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : ALYA AVANY
NIM : 10021281924041

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 24 Juli 2023

Alya Avany; Dibimbing oleh Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

Efektivitas Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media *Flashcard* pada Siswa di SDN 013 Sekupang

Xv + 52 halaman, 13 tabel, 7 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Anak usia sekolah perlu memiliki pengetahuan gizi yang baik agar terhindar dari berbagai permasalahan gizi. Pemberian edukasi gizi mengenai pedoman gizi seimbang dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada anak usia sekolah. Anak pada usia sekolah memiliki ciri- ciri lebih gemar bermain, bergerak, melakukan kerja sama tim, dan merasakan suatu peristiwa secara langsung. Melalui sebuah permainan dapat membuat seseorang menjadi lebih rileks dan senang selain itu permainan juga dapat menjadi sebuah alat untuk mempelajari sesuatu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media *flashcard* dalam pemberian edukasi pedoman gizi seimbang pada siswa di SDN 013 Sekupang. Metode penelitian yang digunakan yaitu *quasy experiment* dengan desain eksperimen *nonequivalent pretest- posttest group design*. Penelitian dilakukan pada siswa kelas 5 di SDN 013 Sekupang dengan jumlah responden sebanyak 62 responden yang terdiri dari 31 responden pada masing- masing kelompok. Penelitian diawali dengan pemberian *pretest* lalu dilakukan intervensi selama 30 menit dengan melakukan permainan menggunakan media *flashcard* pada kelompok eksperimen dan pemberian leaflet pada kelompok kontrol, dilakukan sebanyak dua kali dalam waktu satu minggu, dan pada pertemuan terakhir dilakukan *posttest*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna setelah dilakukan intervensi baik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p = 0,000$ pada kelompok eksperimen) dan ($p = 0,021$ pada kelompok kontrol). Berdasarkan hasil dari uji *wilcoxon* dan *mann whitney* dapat disimpulkan penggunaan media *flashcard* lebih efektif daripada media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pedoman gizi seimbang pada siswa di SDN 013 Sekupang, diharapkan pihak puskesmas Sekupang dapat menggunakan media *flashcard* dalam pemberian edukasi gizi selanjutnya.

Kata Kunci : *Flashcard*; media edukasi; pendidikan gizi; pengetahuan gizi

Kepustakaan : 79 (1979 – 2022)

NUTRITION

FACULTY OF PUBLIC HEALTH

SRIWIJAYA UNIVERSITY

A Thesis, 24 July 2023

Alya Avany, Mentored by Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

**THE EFFECTIVITY OF PEDOMAN GIZI SEIMBANG EDUCATION
TROUGH FLASHCARD MEDIA FOR STUDENTS AT SDN 013 SEKUPANG**

xv + 52 pages, 13 Table, 7 pictures, 12 attachments

ABSTRAC

It is critical for school children to have strong nutrition knowledge in order to avoid nutrition problems. To increase the nutrition knowlegde, some nutrition education sholud be given to the school children. Children at school age have the characteristics of preferring to play, move, do teamwork, and experience an event directly. Through a game can make someone more relaxed and happy besides that the game can also be a tool to learn something. The purpose of this study is to find out the effectivity of flashcard as a media education for Pedoman Gizi Seimbang for students at SDN 013 Sekupang. The method of this study is quasy experiment with pretest- posttest control group design. The total of respondense is 62 people with 31 respondens per each experimen group and control group. The intervention was last for about 30 minutes by playing a game using the flashcard for the experiment group and using leaflet for the control group, and was carried out 2 times in a week. The data was analited with wilcoxon test and mann whitney test. The result is there is any difference of the avarage between before and after the intevention in experiment group and control group ($p = 0,000$ for experiment group) and ($p = 0,021$ for the control group). Based on wilcoxon test and mann whitney test result we can conclude that the usage of flashcard is more effective than using leaflet media to increase the knowledge of Pedoman Gizi Seimbang for student in SDN 013 Sekupang. The public health center in Sekupang expected to use flashcard as a media for the nutrition education.

Keyword : flashcard; media education; nutrition education; nutrion knowledge

Libraries : 79 (1979 – 2022)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus atau gagal.

Indralaya, 2023
Yang Bersangkutan,



Alya Avany

NIM. 10021281924041

HALAMAN PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS EDUKASI PEDOMAN GIZI SEIMBANG
MELALUI MEDIA *FLASHCARD* PADA
SISWA DI SDN 013 SEKUPANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh :

ALYA AVANY

10021281924041

Indralaya, 24 Juli 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Pembimbing

Indah Yuliana S.Gz., M.Si

NIP. 198804102019032018

HALAMAN PERSETUJUAN

Hasil penelitian skripsi dengan judul "Efektivitas Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media *Flashcard* pada Siswa di SDN 013 Sekupang" telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Semminar Hasil Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 14 Juli 2023.

Indralaya, 24 Juli 2023

Tim Penguji Sidang Skripsi

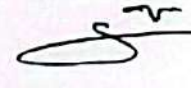
Ketua :

1. Yulianti, S.KM., M. Gizi
NIP. 198807102019032018

()

Anggota :

1. Sari Bema Ramdika, S.Gz., M.Gz
NIP. 199203082022032012

()

2. Indah Yuliana, S.Gz., M.Si
NIP. 198804102019032018


()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Koordinator Program Studi Gizi





Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Umum

Nama : Alya Avany
NIM : 10021281924041
Tempat/ Tanggal Lahir : Batam, 13 November 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Perumahan Taman Victoria blok C5 nomor 30
Email : alyavany@gmail.com

Riwayat Pendidikan

2006 – 2007 : TK Al- Azhar 3 Batam
2007 – 2013 : SDN 005 Sagulung
2013 – 2016 : SMP Negeri 3 Batam
2016 – 2019 : SMA Negeri 5 Batam

Riwayat Organisasi

2019 – 2020 : Anggota departemen perekonomian ESC FKM Unsri
2020 – 2021 : Sekretaris departemen kepariwisataan dan keputrian IPMR Sumsel
2021 – 2022 : Bendahara umum IPMR sumsel
2022 – 2023 : Anggota inti DPO IPMR Sumsel

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. atas segala limpahan rahmat dan hidayah – Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media *Flashcard* pada Siswa di SDN 013 Sekupang”. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Sarjana (S1) Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Dalam menulis skripsi ini penulis mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan terima kasih dengan setulus hati kepada :

1. Ibu Misnaniarti, S.K.M., M.K.M., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM., selaku Ketua Jurusan Program Studi Gizi (S1) Fakultas Kesehatan Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Indah Yuliana, S.Gz., M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang sudah meluangkan waktu serta memberikan arahan, kritik, dan saran selama proses penyusunan skripsi ini
4. Ibu Yuliarti, S.KM., M.Gizi., selaku Dosen Penguji 1 yang sudah meluangkan waktu serta memberikan arahan, kritik, dan saran selama proses penyusunan skripsi ini
5. Ibu Sari Bema Ramdika, S.Gz., M.Gz., selaku Dosen Penguji 2 yang sudah meluangkan waktu serta memberikan arahan, kritik, dan saran selama proses penyusunan skripsi ini
6. Bapak Musarman, S.Pd.SD., selaku Kepala Sekolah SDN 013 Sekupang yang sudah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian
7. Bapak Moh. Maksum, S.Ag., selaku Kepala Sekolah SD Islam Baitul Iman Kota Batam yang sudah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan uji validitas
8. Siswa kelas 5 di SDN 013 Sekupang dan SDI Baitul Iman Kota Batam yang sudah bersedia menjadi responden pada penelitian penulis
9. Kedua orang tua beserta keluarga yang sudah mendukung penulis dalam mengerjakan skripsi

10. Teman- teman yang sudah memberikan semangat dan dukungan memberi masukan dan menjadi tempat keluh kesah penulis selama menyusun skripsi yaitu, Nely Aulia Agata dan Winia Sapitri
11. Teman SMA khususnya Maya Susilowati yang sudah membantu penulis selama penelitian dan teman- teman grup belajar yang selalu memberi dukungan, menghibur dan menemani penulis selama menyusun skripsi yaitu, fia, beje, sinta, chichi, adra, dan risky
12. Teman- teman yang sudah memberikan dukungan dan menjadi tempat keluh kesah penulis selama menyusun skripsi yaitu, Aprilia Nur Hanisa dan Nabila Salsabila Lika
13. Seluruh pihak yang ikut serta dalam membantu pembuatan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Dalam membuat skripsi ini penulis merasa masih banyak kekurangan yang masih harus diperbaiki sehingga penulis menerima kritik dan saran dari semua pihak demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Indralaya, 24 Juli 2023

Yang Bersangkutan,



Alya Avany

NIM. 10021281924041

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademika Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alya Avany
NIM : 10021281924041
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatann Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non- exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Efektivitas Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media *Flashcard* pada Siswa di SDN 013 Sekupang

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan pemilik hak cipta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya

Pada Tanggal :24 Juli 2023

Yang menyatakan



Alya Avany

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRAC</i>	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS	iii
PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Bagi Peneliti	4
1.4.2 Bagi Siswa SD	4
1.4.3 Bagi Sekolah	4
1.4.4 Bagi Fakultas	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	4
1.5.1 Ruang Lingkup Materi	4
1.5.2 Ruang Lingkup Lokasi	5
1.5.3 Ruang Lingkup Waktu	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Anak Usia Sekolah	6
2.2 Status Gizi Anak Sekolah	6

2.3	Pedoman Gizi Seimbang	8
2.3.1	Prinsip Pedoman Gizi Seimbang	8
2.3.2	Pesan Umum Pedoman Gizi Seimbang	10
2.3.3	Pesan Khusus Pedoman Gizi Seimbang	10
2.4	Pendidikan Kesehatan	12
2.5	Pengetahuan Gizi	13
2.6	Metode Pendidikan Kesehatan	14
2.7	<i>Flashcard</i>	15
2.8	Kerangka Teori	17
2.9	Kerangka Konsep	17
2.10	Definisi Operasional	18
2.11	Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN		19
3.1	Desain Penelitian	19
3.2	Populasi dan Sampel	19
3.2.1	Populasi	19
3.2.2	Sampel Penelitian	19
3.2.2.1	Besar Sampel	19
3.2.2.2	Kriteria Sampel	20
3.3	Jenis, Cara, dan Alat Pengumpulan Data	21
3.3.1	Jenis dan Cara Pemhumpulan Data	21
3.3.2	Alat Pengumpulan Data	23
3.4	Pengolahan Data	23
3.5	Validitas dan Reliabilitas Data	24
3.5.1	Validitas Data	24
3.5.2	Reliabilitas Data	25
3.6	Analisis dan Penyajian Data	26
3.6.1	Analisis Data	26
3.6.2	Penyajian Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN		29
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	29
4.1.1	Letak Geografis dan Luas Wilayah Kecamatan Sekupang	29
4.1.2	Lokasi Peneltian	29
4.2	Hasil Penelitian	30
4.2.1	Analisis Univariat	30
4.2.2	Analisis Bivariat	35

BAB V PEMBAHASAN	37
5.1 Keterbatasan Penelitian.....	37
5.2 Pembahasan.....	37
5.2.1 Karakteristik Responden.....	37
5.2.2 Perbedaan Rata- Rata Pengetahuan Gizi Seimbang Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi	38
5.2.3 Perbedaan Rata- Rata Pengetahuan Gizi Seimbang Responden dengan Media <i>Flashcard</i> dan Leaflet.....	40
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	43
6.1 Kesimpulan.....	43
6.2 Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Hasil Perhitungan Sampel dari Penelitian Sebelumnya	20
Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas Kuisisioner	25
Tabel 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas Kuisisioner	26
Tabel 3. 4 Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	27
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	30
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Responden Sebelum diberi Intervensi	31
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Responden Sesudah diberi Intervensi	32
Tabel 4. 4 Persentase Jawaban Benar pada <i>Pretest Posttest</i> Kelompok Eksperimen	33
Tabel 4. 5 Persentase Jawaban Benar pada <i>Pretest Posttest</i> Kelompok Kontrol..	34
Tabel 4. 6 <i>Rank</i> pada Uji <i>Wilcoxon</i>	35
Tabel 4. 7 Perbedaan Rata- Rata Pengetahuan Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi	35
Tabel 4. 8 <i>Rank</i> pada Uji <i>Mann Whitney</i>	36
Tabel 4. 9 Perbedaan Rata- Rata Pengetahuan Gizi dengan Media <i>Flashcard</i> dan Leaflet	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Contoh <i>Flashcard</i>	16
Gambar 2. 2 Kerangka Teori	17
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	17
Gambar 3. 1 Alur Pengumpulan Data	23
Gambar 4. 1 SDN 0123 Sekupang	30
Gambar 4. 2 Grafik Tingkat pengetahuan dan Kelompok Kontrol Sebelum Intervensi	31
Gambar 4. 3 Grafik Tingkat Pengetahuan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Setelah Intervensi	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Penelitian
- Lampiran 2. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 3. Surat Keterangan Selesai Uji Validitas
- Lampiran 4. Sertifikat Kaji Etik
- Lampiran 5. Lembar Informed Consent
- Lampiran 6. Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 7. Flashcard
- Lampiran 8. Leaflet
- Lampiran 9. Uji Validitas dan Reliabilitas Data
- Lampiran 10. Hasil Uji Univariat
- Lampiran 11. Hasil Analisis Bivariat
- Lampiran 12. Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelompok anak usia sekolah termasuk kedalam kelompok rentan gizi dengan proses tumbuh kembang yang relatif cepat, karena anak usia sekolah membutuhkan zat gizi yang relatif banyak (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016). Karena adanya pengaruh yang signifikan dari beberapa pengaruh kontekstual terhadap perilaku makan pada usia ini, pemberian makan biasanya tidak berfungsi secara efisien. Kebiasaan makan anak sekolah yang buruk dapat menyebabkan masalah gizi yang besar. Pengetahuan gizi sangat penting dalam menilai tingkat kesehatan masyarakat. Kurangnya pemahaman gizi dapat menyebabkan berbagai masalah gizi dan kesehatan (Jukes, Drake and Bundy, 2007).

Berdasarkan data Riskesdas nasional tahun 2018 prevalensi berdasarkan IMT/U anak umur 5-12 tahun di Kepulauan Riau yaitu, sangat kurus sebesar 3,3%, kurus sebesar 7,1%, gemuk sebesar 10,5%, dan sangat gemuk atau obesitas sebesar 12,3%. Kepulauan Riau berada pada peringkat ketiga dengan prevalensi obesitas tertinggi setelah Papua sebesar 15,3% dan Daerah Khusus Ibukota Jakarta sebesar 14%. Menurut Riskesdas Kepulauan Riau tahun 2018 prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U Kota Batam adalah sangat kurus sebesar 4,17%, kurus sebesar 7,20%, gemuk sebesar 9,82%, dan sangat gemuk atau obesitas sebesar 13,75%, dan Kota Batam berada pada tingkat pertama dengan prevalensi obesitas tertinggi di Kepulauan Riau (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu hal yang memengaruhi perilaku seseorang adalah pengetahuan. Tindakan dan perilaku seseorang yang berhubungan dengan nutrisi akan bermanfaat jika mereka memiliki informasi yang baik tentang nutrisi (Notoatmodjo, 2015). Sikap anak-anak dipupuk dan pengetahuan gizi mereka ditingkatkan melalui sekolah, yang dapat mempengaruhi kebiasaan makan mereka. Ketika anak-anak usia sekolah menjadi target populasi, manfaat positif pendidikan gizi terhadap kesehatan akan lebih terasa (Healthy People, 2010). Kurangnya edukasi tentang pola makan dapat berakibat serius bagi kesehatan seseorang (Elisa Pahlevi, 2012).

Pemberian pendidikan gizi memengaruhi kenaikan tingkat pengetahuan gizi pada anak dengan gizi lebih di SDN Sudirman I Makassar (Thasim, Syam and Najamuddin, 2013). Setelah melakukan intervensi edukasi gizi pada anak usia sekolah, rata-rata pengetahuan gizi meningkat (Nuryanto *et al.*, 2014). Sebelum dilakukan intervensi sebanyak 54,1% responden memiliki pengetahuan gizi dengan kategori kurang, setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan pengetahuan gizi responden menjadi kategori cukup (Kartini, Manjilala and Yuniawati, 2019). Pendidikan gizi yang dilakukan pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Cilincing dengan metode ceramah *puzzle* tumpeng gizi seimbang terbukti cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman anak sekolah dasar mengenai gizi seimbang (Citra Palupi, Sa'pang and Swasmilaksmita, 2018).

Penggunaan media penyuluhan gizi dengan media *flashcard* cukup efektif dengan sasaran anak usia sekolah dasar (Nur Afra, Laras Sitoayu and Vitria Melani, 2021). Pendidikan kesehatan melalui media *flashcard* mempengaruhi sikap dan pengetahuan anak sekolah dasar tentang konsumsi makanan dengan gizi seimbang (Putri Milenia and Herdhianta, 2022). Melakukan permainan dengan kartu bergambar lebih efektif daripada permainan dengan *puzzle* dengan perbedaan rata-rata yaitu 34,84, karena dengan permainan kartu bergambar kinerja kognitif anak meningkat dengan membaca dan melihat gambar yang ada pada kartu bergambar (Nufaisah, Yuliantini and Darwis, 2019). Penggunaan media *flashcard* lebih efektif untuk menambah pemahaman seseorang karena permainan melibatkan seluruh peserta, sehingga lebih mudah mengingat dan memperbanyak pengetahuan (Selviyanti *et al.*, 2019). Pengetahuan anak-anak tentang pedoman gizi umum terpengaruh sebelum dan sesudah edukasi menggunakan kartu flash: pada kelompok perlakuan, persentase responden dengan pengetahuan yang baik meningkat tujuh kali lipat dibandingkan dengan *pre-test*, sedangkan pada kelompok kontrol, persentase yang meningkat dibandingkan dengan *pre-test* hanya sebesar 2,8 (Maslakah and Setiyaningrum, 2017).

Berdasarkan hasil survey awal, penyuluhan gizi seimbang belum pernah dilakukan di SDN 013 Sekupang, pihak puskesmas biasanya hanya melakukan pemeriksaan gigi dan THT. Jarak Puskesmas Sekupang dengan SDN 013

Sekupang yaitu 11,4 KM dan merupakan SD dengan jarak paling jauh di wilayah kerja Puskesmas Sekupang. Berdasarkan latar belakang ini, peneliti termotivasi untuk meneliti mengenai efektivitas edukasi mengenai pedoman gizi seimbang menggunakan media *flashcard* di SDN 013 Sekupang. Penelitian dilakukan pada anak kelas 5 SD, karena anak kelas 5 SD memiliki perkembangan kognitif berupa kemampuan berpikir formal dan beban tugas yang diperlukan belum sebesar kelas 6 SD, maka mereka dianggap sudah dapat menyelesaikan kuisisioner dan memudahkan penelitian (Amelia and Aprilia, 2019).

1.2 Rumusan Masalah

Banyak faktor yang memengaruhi terjadinya permasalahan gizi yang kompleks di Indonesia, faktor tersebut salah satunya yaitu, rendahnya pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang memberikan pengaruh terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya yang kemudian akan memberikan pengaruh terhadap keadaan gizi seseorang tersebut (Maharibe, 2014). Berdasarkan data Riskesdas Kepulauan Riau tahun 2018 prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U Kota Batam adalah sangat kurus 4,17%, kurus 7,20%, gemuk 9,82%, dan sangat gemuk atau obesitas 13,75%, dan Kota Batam berada pada tingkat pertama dengan prevalensi obesitas tertinggi di Kepulauan Riau. Belum pernah dilakukan penyuluhan mengenai gizi di SDN 013 Sekupang. Oleh sebab itu peneliti terdorong untuk melakukan penelitian berupa “Efektivitas Edukasi Mengenai Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media *Flashcard* Pada Siswa di SDN 013 Sekupang”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi menggunakan media *flashcard* daripada menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pedoman gizi seimbang pada anak usia sekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden di SDN 013 Sekupang.
2. Mengidentifikasi pengetahuan responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum pemberian intervensi mengenai pedoman gizi seimbang di SDN 013 Sekupang.
3. Mengidentifikasi pengetahuan responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah pemberian intervensi mengenai pedoman gizi seimbang di SDN 013 Sekupang.
4. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian intervensi mengenai pedoman gizi seimbang di SDN 013 Sekupang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat selama perkuliahan mengenai pedoman gizi seimbang pada anak usia sekolah.

1.4.2 Bagi Siswa SD

Meningkatkan pengetahuan gizi mengenai pedoman gizi seimbang menggunakan media *flashcard* dan media leaflet.

1.4.3 Bagi Sekolah

Menambah informasi mengenai gizi dan pedoman gizi seimbang melalui media *flashcard*.

1.4.4 Bagi Fakultas

Mendapatkan tambahan daftar kepustakaan mengenai efektivitas pemberian edukasi mengenai pedoman gizi seimbang menggunakan media *flashcard*.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Ruang Lingkup Materi

Ruang lingkup materi pada penelitian ini berupa menganalisis keefektifan media *flashcard* dalam pemberian edukasi mengenai pedoman gizi seimbang pada anak usia sekolah. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif, kuasi-

eksperimental. Sebelum dan sesudah melakukan intervensi, responden mengisi kuesioner yang menjadi sumber utama pengetahuan dalam penelitian ini.

1.5.2 Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian dilakukan di SDN 013 Sekupang yang beralamat di Jl. Raya Marina City, Perumahan Taman Victoria, Kelurahan Tanjung Riau, Kecamatan Sekupang, Kota Batam, Kepulauan Riau.

1.5.3 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian dilakukan pada tanggal 22 dan 25 Februari 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, C. and Aprilia, Y. (2019) ‘Published by Research Institutions and Psikologi in Batam Page | 63’, *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 1(3), pp. 63–73.
- Anggarawati, Ary. (2014). Pengaruh Make A Match Berbantuan Media Kartu Gambar Terhadap Hasil Belajar IPS SD. *Jurnal Mimbar PGSD Universitas Pendidikan Ganesha*, 2 (1).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aritonang, K. T. (2008) ‘Minat dan Motivasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa’, *Jurnal Pendidikan Penabur*, 3(10), pp. 11–21.
- Azabdaftari, behrooz dan mozaheb, Mohammad Amin. (2012). Comparing vocabulary learning of EFL learners by using two different strategies: mobile learning vs. Flashcardss. *The EUROCALL Review*; 20 (2)
- Bujuri, D. A. (2018) ‘Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar’, *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 9(1), p. 37. doi: 10.21927/literasi.2018.9(1).37-50.
- Citra Palupi, K., Sa’pang, M. and Swasmilaksmita, P. D. (2018) ‘Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara’, *Jurnal Abdimas*, 5(1), pp. 49–53. Available at: <https://www.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/9.-Edukasi-Gizi-Seimbang-Pada-Anak-Sekolah-Dasar-Di-Kecamatan-Cilincing-Jakarta-Utara.pdf>.
- Damayanti, D, Pritasari & Tri, N. (2017). *Buku Ajar Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Darsad, D. (2020) ‘Meningkatkan Hasil Belajar IPA Materi Sistem Pencernaan Manusia dengan Bahan Ajar Leaflet pada Siswa Kelas V SDN Sewar Tahun Pelajaran 2018/2019’, *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 4(1), pp. 263–270. doi: 10.58258/jisip.v4i1.1049.

- Desmita, (2009). Psikologi perkembangan Peserta Didik. Bandung: Rosdakarya.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2018). Research methods for the behavioral sciences (Sixth Edit). Cengage Learning, Inc.
- Eliana, D. and Solikhah, . (2013) ‘Pengaruh Buku Saku Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Anak Kelas 5 Muhammadiyah Dadapan Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 6(2). doi: 10.12928/kesmas.v6i2.1021.
- Elisa Pahlevi, A. (2012) ‘Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar’, *Kemas*, 7(2), pp. 122–126. Available at: <http://journal.unnes.ac.id/index.php/kemas>.
- Graziose, M. M. *et al.* (2018) ‘Systematic review of the design, implementation and effectiveness of mass media and nutrition education interventions for infant and young child feeding’, *Public Health Nutrition*, 21(2), pp. 273–287. doi: 10.1017/S1368980017002786.
- Gravetter, F. J., Forzano, L. B. (2015). *Research Methods for the Behavioral Sciences*. Cengage Learning.
- Gunarsa. Singgih D. (2008). Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hastono, SP. (2006). Analisis Data. Depok : FKM UI
- Harjatmo, TP, Par’I, HM & Wiyono, S. 2017). Buku Ajar Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Healthy People 2010 Volume II. Department of Health and Human Services. 2000. Healthy People 2010. 2nd ed. With Understanding and Improving Health and Objectives for Improving Health. 2 vols. Washington, DC: U.S.Government Printing Office.
- Hidayat, T., Hidayatullah, A. and Agustini, R. (2019) ‘Kajian Permainan Edukasi dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia’, *Deiksis: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 6(2), p. 59. doi: 10.33603/dj.v6i2.2111.
- Hilgard, E.R., Atkinson, R.C. and Atkinson, R.L. (1979). Introduction to psychology (7th ed.). New York: Harcourt.
- Hockenberry, M, Wilson, D, & Rodgers. (2017). Essentials of Pediatric Nursing.

Elsevier, Missouri.

- Indriana, Dina. 2011. *Ragam Alat Bantu Media Pengajaran*. Yogyakarta: Diva Press
- Irnani, H., and Sinaga, T., 2017. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, praktik gizi seimbang dan status gizi pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, Volume 6(1), pp. 58-64. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.58-64>
- Istianty, Ari dan Ruslianti. (2013), *Gizi Terapan*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Jukes, M. C. H., Drake, L. J. and Bundy, D. A. P. (2007) 'School health, nutrition and education for all: Levelling the playing field', *School Health, Nutrition and Education for all: Levelling the Playing Field*, pp. 1–145. doi: 10.2471/blt.08.059519.
- Jundu, R. *et al.* (2019) 'Optimalisasi Media Pembelajaran Interaktif dalam Meningkatkan Kemampuan Matematis Anak di Desa Popo Kabupaten Manggarai', *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(2), p. 221. doi: 10.26877/e-dimas.v10i2.3353.
- Kartini, T. D., Manjilala, M. and Yuniawati, S. E. (2019) 'Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar', *Media Gizi Pangan*, 26(2), p. 201. doi: 10.32382/mgp.v26i2.1231.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2020). *Standar Antropometri Anak*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2019) 'Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf', p. 674.
- Khoirunnisa, T. and Kurniasari, R. (2022) 'Pengaruh Edukasi Melalui Media Pada Kejadian Overwight Dan Obesitas : Literature Review', *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), pp. 1212–1217. doi: 10.31004/prepotif.v6i2.4338.
- Kriswanto, ES. (2012). *Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Lestari, N. D . (2018). Analisis Penggunaan Sarana dan Prasarana untuk Menunjang Kegiatan Belajar Mahasiswa di Universitas PGRI Palembang Tahun 2016/2017. *Jurnal Manajemen, Kepemimpinan dan Supervisi*

Pendidikan, 46.

- Lisa, H. (2019) 'the Effectiveness of Flashcards on the Motivation To Increase English Vocabulary Among the Fourth Elementary School', *JOALL (Journal of Applied Linguistics & Literature)*, 4(1), pp. 43–53. doi: 10.33369/joall.v4i1.6852.
- Lolang, En. (2014) 'Hipotesis Nol dan Hipotesis Alternatif', *Jurnal KIP*, 3(3), pp. 685–696.
- Lucie, S. (2005). *Teknik Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Maharibe, C. C. (2014) 'Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Praktik Gizi Seimbang Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi', *Jurnal e-Biomedik*, 2(1). doi: 10.35790/ebm.2.1.2014.3711.
- Maslakah, N. and Setiyaningrum, Z. (2017) 'Pengaruh Pendidikan Media Flashcard terhadap Pengetahuan Anak tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang di SD Muhammadiyah 21 Baluwarti Surakarta', *Jurnal Kesehatan*, 10(1), p. 9. doi: 10.23917/jurkes.v10i1.5487.
- Moss, A. *et al.* (2013) 'Farm to school and nutrition education: Positively affecting elementary school-aged children's nutrition knowledge and consumption behavior', *Childhood Obesity*, 9(1), pp. 51–56. doi: 10.1089/chi.2012.0056.
- Mosse, J. C. (1996). *Gender dan Pembangunan*. Rifka Annisa Women's Crisis Centre.
- Mubarak, WI & Chayatin, N. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nufaisah, A., Yuliantini, E. and Darwis, D. (2019) 'Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Dengan Permainan Kartu Bergambar Dan Puzzle Terhadap Pengetahuan Anak Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2019', *Al Fitrah: Journal Of Early Childhood Islamic Education*, 3(1), p. 1. doi: 10.29300/alfitrah.v3i1.2279.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka

Cipta.

- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2015). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurmala et al. (2018). *Promosi Kesehatan*. Surabaya : Airlangga University Press
- Nur Afra, G., Laras Sitoayu and Vitria Melani (2021) ‘Pengaruh Permainan Kartu Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar’, *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 13(1), pp. 1–9. doi: 10.35473/jgk.v13i1.82.
- Nurrahmah et al. (2021). *Pengantar Statistika 1*. Bandung : Media Sains Indonesia.
- Nuryadi et al. (2017). *Dasar- Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta : Sibuku Media
- Nuryanto, N. *et al.* (2014) ‘Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar’, *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), pp. 32–36. doi: 10.14710/jgi.3.1.121-125.
- Oktavia, A. and Agustin, H. (2019) ‘Umbul Card: A Traditional Game as Nutrition Education Media among Elementary School Students’, *International Journal of Educational Research Review*, 5(1), pp. 1–9. doi: 10.24331/ijere.646821.
- Oktaviani, E., Susmini, S. and Ridawati, I. D. (2022) ‘Permainan Edukatif Quarted Flash Card (QFC) Sebagai Media Promosi Kesehatan Penyakit Menular dan Tidak Menular pada Anak Sekolah Dasar’, *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(7), pp. 2216–2225. doi: 10.33024/jkpm.v5i7.6298.
- Permadi, D & Suryana, N. (2000). *Pendekatan, Metode, Tehnik dan Model Pembelajaran Bahasa Inggris di SD dan MI*. Bandung : Sarana Panca Karya.
- Potter, PA & Perry, AG. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 4.

Volume 1. Jakarta: EGC.

- Putri Milenia, E. and Herdhianta, D. (2022) 'Pengaruh Pemberian Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar', *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), pp. 19–26. doi: 10.34011/jks.v3i1.1039.
- Riskesdas RI (2019) 'Laporan Provinsi Kepulauan Riau Riskesdas 2018', *Jurnal Online Internasional & Nasional*, 53(9), p. Hal 1689-1699. Available at: www.journal.uta45jakarta.ac.id.
- Sadiman, A. S. *et al.* (2018). *Media Pendidikan, Pengertian Pengembangan dan Pemanfaatannya*. Depok: Rajagrafindo Persada
- Sadiman, A.S., Rahardjo, R., & Haryono, A. (2009). *Media Pendidikan*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Sangadji, S. S. (2018). *Tiga Teori Klasik yang Menjadi Grand Theory pada Awal Masa Perkembangan Ilmu Pengetahuan Social*.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. (B. Widyasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sardiman. (2012). *Interaksi Motivasi dan Belajar Mengajar* . Jakarta: PT. Raja Grafindo Raja.
- Selviyanti, S. S. *et al.* (2019) 'Penyuluhan Gizi Dengan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Pesan Umum Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah', *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(2), pp. 82–91. doi: 10.34011/juriskesbdg.v11i2.674.
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhinya*. Yogyakarta : UNY Press.
- Singarimbun, M dan Efendi. (1995). *Metode Penelitian Survey*. Jakarta: Pustaka LP3ES.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Susilana, R & Riyana, C. (2007). *Media Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima.
- Susilowati dan Kuspriyanto. (2016). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Bandung : Refika Aditama.

- Suwanti, I., & Aprilin, H. (2017). Studi Korelasi Pengetahuan Keluarga Pasien Tentang Penularan Hepatitis Dengan Perilaku Cuci Tangan. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 13-13.
- Suyanto, K.K.E. (2010). *English for Young Learners*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Suyanto. Gio, P. U. (2017). *Statistika Nonparametrik dengan SPSS, Minitab, dan R*. Medan: USU Press.
- Swarjana, IK. (2022). *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias dalam Penelitian*. Yogyakarta : Penerbit Andi
- Thasim, S., Syam, A. and Najamuddin, U. (2013) ‘Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Asupan Zat Gizi pada Anak Gizi Lebih di SDN Sudirman I Makassar Tahun 2013 The Effect Of Nutrition Education to Change Knowledge and Nutrient Intake in Overweight Children at SDN Sudirman Program St’, *Universitas Hasanuddin*, pp. 1–14.
- Wahyuningsih, P., Nadhiroh, Siti, R. and Adriani, M. (2015) ‘Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar’, *Media Gizi Indonesia*, 10(1), pp. 26–31. Available at: <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/MGI/article/view/3122>.
- Wall, D. *et al.* (2012). *Nutrition Education Intervention Improves Vegetable-Related Attitude, Self-Efficacy, Preference, and Knowledge of Fourth-Grade Students*. *Journal of School Health*. American School Health Association, 82(1).
- Wijayanti, T. *et al.* (2021). Permainan Edukasi Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Buah pada Remaja di Jakarta Selatan. *Journal of Nutrition College*. 10(1).
- Windi, W. A., Taufiq, M. and Muhammad, T. (2022) ‘Implementasi Wilcoxon Signed Rank Test Untuk Mengukur Efektifitas Pemberian Video Tutorial Dan Ppt Untuk Mengukur Nilai Teori’, *Produktif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknologi Informasi*, 5(1), pp. 405–410. doi: 10.35568/produktif.v5i1.1004.
- WHO (2013). *Children and adolescence*. Geneva.

Wong, DL. (2009). Buku Ajar Keperawatan Pediatrik. Edisi 6. Volume 1. Jakarta: EGC.