

PENGARUH EDUKASI VIDEO TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN BAHAYA TIDAK SARAPAN PAGI PADA SISWA SDN 150 GATOTSUBROTO KOTA BANDUNG

Mira Meliyanti¹ Wulan Nuramelia Sari² Firly³

Program Studi Diploma Tiga Kebidanan STIKes Dharma Husada Bandung^{1,2,3}
mirameliyanti@stikesdhh.ac.id¹; wulannurameliasari@yahoo.com²; firly@gmail.com³

Abstrak

Sarapan merupakan suatu hal yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, tetapi sering diabaikan, hal ini dapat beresiko pada kesehatan anak dan prestasi belajar anak. Mengetahui pengaruh Pendidikan kesehatan “ Sarapan” terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar Penelitian dilakukan di SDN 150 Gatotsubroto. Desain penelitian quasi eksperimen dengan rancangan pre test dan post test. Populasinya adalah seluruh siswa kelas 4- 6 berjumlah 323 orang. Sample yang digunakan total sampling. Intervensi diberikan dalam bentuk pendidikan kesehatan menggunakan video tentang sarapan sehat. Semua siswa diberikan quisioner sebelum dan setelah intervensi untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap. Hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata tingkat pengetahuan sebelum intervensi 252 (78.0 %) memiliki pengetahuan yang baik dan meningkat menjadi 307 (95.0%) memiliki pengetahuan yang baik tentang sarapan sehat setelah intervensi. Pada variabel sikap diperoleh hasil bahwa perbedaan rata-rata sikap sebelum intervensi 256 (79.3 %) memiliki sikap mendukung dan meningkat menjadi 316 (97.8%) sikap mendukung. Terdapat pengaruh intervensi terhadap pengetahuan dan sikap siswa ($p=0,000$). Edukasi kesehatan mempengaruhi sikap dan pengetahuan siswa tentang sarapan. Disarankan bagi sekolah untuk menggunakan metode belajar menggunakan video dan poster dalam meningkatkan tingkat pengetahuan dan sikap siswa.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Sarapan, Sikap, Siswa.

PENDAHULUAN

Sarapan pagi merupakan bagian dari perilaku untuk mewujudkan gizi seimbang yang penting bagi hidup sehat, aktif dan cerdas bagi anak (Meriska, Pramudho & Murwanto, 2014). Sarapan merupakan suatu hal yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, tetapi sering diabaikan akibat dari adanya pengetahuan yang tidak memadai dan sikap yang tidak baik tentang pentingnya sarapan, yang akhirnya dapat beresiko pada kesehatan anak dimasa

yang akan datang. Sarapan juga dapat mengganggu pada konsentrasi belajar anak yang berdampak pada prestasi belajar anak akibat menurunkan semangat belajar. Hasil penelitian Verdiana dan Muniroh (2017) pada 43 siswa kelas V di SDN 150 Gatotsubroto menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan pada anak memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat konsentrasi belajarnya. Pengetahuan dan sikap anak yang baik tentang sarapan sangatlah penting, mengingat anak pada usia

sekolah adalah merupakan generasi penerus bangsa, mereka sangat peka untuk menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat, serta merupakan usia dalam masa tumbuh dan berkembang (Kosasih, Solehati, Lukman, 2018). Dengan memiliki pengetahuan yang memadai dan sikap yang mendukung maka akan terbentuk pola perilaku yang baik dalam melakukan sarapan sehat setiap pagi. Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya, sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran serta penglihatan. Pengetahuan memiliki peranan penting di dalam kehidupan seseorang, terutama dalam perilaku kehidupan sehari-harinya (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan yang memadai akan mendorong seseorang untuk memiliki sikap yang baik. Menurut Saifuddin (2013), sikap merupakan respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek yang diterima. Pengetahuan akan mempengaruhi pada sikap seseorang. Hasil penelitian Palimbo, Firdaus & Rafiah (2014) membuktikan bahwa hubungan antara pengetahuan dengan sikap. Pengetahuan dan sikap yang kurang baik menyebabkan kurang sadarnya orang tua dan anak akan pentingnya sarapan sering menimbulkan

masalah kesehatan pada anak dan masalah konsentrasi pada belajar. Ada beberapa faktor penyebab anak tidak melakukan sarapan pagi, seperti pengetahuan gizi anak, ketersediaan makanan untuk sarapan pagi, dukungan keluarga, dan peran guru. Hasil penelitian Meriska, Pramudho & Murwanto (2014) pada siswa SD di Kelurahan Kemiling Pemail menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi anak, ketersediaan makanan untuk sarapan pagi, dukungan keluarga, dan peran guru dengan perilaku sarapan pagi, dimana ketersediaan makanan untuk sarapan pagi merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan perilaku sarapan pagi pada anak.

Untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa. Menurut Salaudeen (2011), pendidikan kesehatan secara statistik berpengaruh pada peningkatan pengetahuan. Dengan pendidikan kesehatan diharapkan siswa akan memiliki pengetahuan yang memadai tentang sarapan sehat sehingga terbentuk sikap yang mendukung, sehingga terbentuk perilaku yang mendukung pada pola sarapan sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Penelitian Curtis, et all (2001) di Burkina Faso membuktikan bahwa pendidikan

kesehatan dapat merubah perilaku menjadi sehat. Pendidikan kesehatan yang diberikan melalui anak-anak sekolah efektif dalam merubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat umumnya (Solehati,T., Susilawati,S., Lukman,M. & Kosasih, C.E., 2015). Institusi pendidikan dipandang sebagai sebuah tempat strategis untuk mempromosikan kesehatan sekolah, juga tempat yang efektif mewujudkan pendidikan kesehatan. Dalam menyampaikan pendidikan kesehatan kepada anak diperlukan metode edukasi yang menarik perhatian anak dan tidak membosankan. Video adalah salah satu metode edukasi yang menarik bagi anak. Hal ini karena penggunaan media video didalam kegiatan pembelajaran tidak hanya sebagai alat bantu saja dalam menyampaikan informasi, tetapi juga

sebagai membawa informasi atau pesan yang ingin disampaikan, serta dalam proses pemberiannya responden tidak hanya mendengar materi yang sedang disampaikan, tetapi juga melihat secara langsung dan jelas tentang apa yang disampaikan oleh pemberi materi

METODE

Kegiatan pengmas ini pada dasarnya adalah sebagai tenaga pengajar dan mahasiswa kami ingin ikut berpartisipasi dalam rangka membantu menurunkan angka kesakitan, kematian dan kecacatan dan rutin dilakukan wilayah kota Bandung .

Kegiatan pengmas dilaksanakan pada hari Selasa, 26 November 2020 pukul 10.00 wib s.d selesai. Kegiatan dilaksanakan di SDN 150 Gatot Subroto yang berlokasi di Jl. Yudhawastu Pramuka I No. IV Cicadas Kota Bandung.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Tahapan Kegiatan	Tujuan	Penanggung -jawab	Kepakaran
1	Penyusunan proposal	Tersusunnya proposal pengabdian masyarakat.	Ketua Anggota	Promkes, manajemen
2	Advokasi kepala puskesmas	Mendapat dukungan kepala puskesmas padasuka.	Ketua Anggota Mahasiswa	Promkes
3	Koordinasi mitra (bidan desa, petugas puskesmas)	Disepakatinya rencana kegiatan pelaksanaan pengmas pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan tidak sarapan pagi	Anggota Mahasiswa	Promkes
4	Penyusunan rencana Kegiatan BIAS	Tersusunnya rencana Kegiatan penyuluhan pada siswa SDN	Ketua Anggota Mahasiswa	Promkes, manajemen
5	Pelaksanaan kegiatan BIAS	Terlaksananya kegiatan penyusunan pencegahan anemia.	Ketua Anggota Mahasiswa	Promkes, manajemen
6	Pelaksanaan Kegiatan BIAS	Terlaksananya Pelaksanaan kegiatan penyuluhan Pengetahuan bahaya tidak sarapan pagi	Ketua Anggota Mahasiswa	Promkes, manajemen
7	Evaluasi kegiatan.	Tercapainya sasaran kegiatan	Ketua Anggota	Promkes,

No	Tahapan Kegiatan	Tujuan	Penanggung -jawab	Kepakaran
		penyuluhan pengaruh edukasi terhadap pengetahuan bahaya bila tidak sarapan pagi	Mahasiswa	manajemen

Pada masing-masing tahapan senantiasa dibutuhkan kepakaran dalam promosi kesehatan (advokasi, komunikasi, fasilitasi, dll.), kepakaran dalam manajemen (pengelolaan kegiatan, pembiayaan, dll.). Semua jenis kepakaran secara simultan dibutuhkan pada setiap tahapan program pengabdian masyarakat kemitraan masyarakat. Selanjutnya semua personil pelaksana bertanggung jawab

dalam melakukan monitoring evaluasi program mencakup ketepatan implementasi kegiatan serta muatan materi yang disampaikan dalam partisipasi dalam kegiatan penyuluhan pengaruh edukasi video terhadap tingkat pengetahuan bahaya tidak sarapan pagi pada siswa Secara terinci langkah pertemuan tercantum dalam tabel berikut.

Tabel 2 Jadwal Pertemuan Penyuluhan Pada siswa SDN

No	Waktu	Materi	Fasilitator	Hasil yang diharapkan
1	30 menit	Pendaftaran peserta	Mahasiswa	Diketahuinya peserta pertemuan yang hadir.
2	15 menit	Pembukaan	Kepala Desa	Peserta memahami tujuan pertemuan.
3	30 menit	Refreshing materi bahaya tidak sarapan pagi melalui video	Petugas Puskesmas	Peserta memahami konsep penyuluhan pencegahan anemia
4	30 menit	Penyajian masalah hasil pengumpulan data mahasiswa	Mahasiswa Tokoh masyarakat	Peserta mengetahui permasalahan kesehatan pada anak-anak yang terjadi di Kota Bandung.
5	60 menit	Prioritas masalah, analisis penyebab, peluang dan hambatan, alternatif pemecahan masalah.	Kepala desa Mahasiswa Anggota	Dirumuskannya prioritas masalah, penyebab masalah, alternatif pemecahan masalah yang dipilih untuk dilakukan.
6	15 menit	Kesepakatan dan penutupan	Kepala Desa Ketua Pengmas	Dirumuskannya kesepakatan Pelaksanaan kegiatan penyuluhan bahaya tidak sarapan pagi bagi siswa SDN serta Rencana Kegiatannya.

Kegiatan partisipasi penyuluhan pada remaja putri menggunakan langkah yang sama namun tanggal dan jam pertemuan disesuaikan dengan jadwal yang telah di buat oleh pihak puskesmas mekarmanik. Partisipasi mitra sangat signifikan terutama dalam menentukan stakeholders atau tokoh masyarakat yang akan diundang dalam

pertemuan. Pelaksana pengabdian dari Perguruan Tinggi berperan sebagai pengarah dan pendamping dalam persiapan dan pelaksanaan pertemuan termasuk dalam advokasi pendahuluan kepada Kepala Desa Mekarmanik Kecamatan Cimenyan. Pelaksanaan didukung oleh mahasiswa yang sedang melakukan PBL di masing-masing

Puskesmas. Berikut jadwal kegiatan pengabdian masyarakat.

Tabel 3 Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Lama Kegiatan	Waktu Kegiatan	Lokasi
1	Penyusunan dan minta persetujuan proposal	3 hari	4-5 November 2020	Bandung
2	Penyusunan fact sheet	2 hari	4-5 November 2020	
3	Advokasi kepala Puskesmas	1 hari	4 November 2020	Bandung
4	Koordinasi mitra (bidan desa, petugas puskesmas)	1 hari	4 November 2020	Bandung
5	Penyusunan rencana Kegiatan Penyuluhan Pengaruh edukasi Video Pengetahuan Bahaya Tidak sarapan Pagi	2 hari	5 November 2020	Bandung
6	Pelaksanaan pertemuan Puskesmas Padasuka	1 hari	26 November 2020	Bandung
7	Pelaksanaan pertemuan SDN Gatotsubroto	1 hari paralel	26-28 November 2020	Bandung
8	Evaluasi kegiatan.	sepanjang kegiatan	4-10 November 2020	Bandung

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

a. Tingkat Pengetahuan Pada Siswa

Tabel 4 Distribusi Responden Tingkat pengetahuan Siswa

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		f	Persentase (5%)	f	Persentase (5%)
	Sarapan Sehat dan Bergizi Baik	252	78	307	95
	Sarapan Sehat dan Bergizi Buruk	71	22	16	5
	Total	232	100	232	100

Berdasarkan tabel 1 Dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat pengetahuan tentang sarapan sehat dan bergizi, sebelum intervensi sebagian besar responden 252 (78,0%) memiliki

pengetahuan yang baik. Setelah intervensi mengalami perubahan tingkat pengetahuan menjadi sebagian besar responden 307 (95,0%) memiliki pengetahuan yang baik.

Tabel 2. Distribusi Responden Perbedaan Rata-Rata

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		z	p
		Mean	SD	Mean	SD		
	Sarapan Sehat dan Bergizi	3,21	1.101	3.65	0,62	-8,622	0,000

Tabel 2. Menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dan setelah intervensi pada siswa (pv=0,00)

b. Sikap Siswa

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sikap Siswa Sebelum dan Setelah Intervensi Tahun 2020 (n=323)

No	Tingkat Pengetahuan	Sikap	Sebelum		Sesudah	
			f	Persentase (5%)	f	Persentase (5%)
	Sarapan Sehat dan Bergizi	Mendukung	256	79,3	316	97,8
		Tidak Mendukung	67	20,7	7	2,2
Total			323	100	323	100

Dari Tabel 3. Dapat diketahui bahwa rata-rata sikap sebelum intervensi 256 (79,3 %) memiliki sikap mendukung. Setelah intervensi mengalami perubahan sikap menjadi 316 (97,8%) sikap mendukung. Untuk mengetahui

pengaruh edukasi kesehatan terhadap sikap siswa, maka perlu diketahui perbedaan rata-rata sikap sebelum dan setelah periode intervensi.

Tabel 4 Perbedaan rata-rata sikap siswa sebelum dan setelah intervensi Tahun 2020 (n=323)

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum Mean	SD	Sesudah Mean	SD	z	p
	Sarapan Sehat dan Bergizi	3,21	1.101	3.65	0,62	-8,622	0,000

Tabel 4. Menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata sikap pada sarapan sehat sebelum dan setelah intervensi pada siswa (p=0,000)

signifikan berbeda antara pretest dan post test tentang sarapan sehat (p<0.05). Pemberian edukasi melalui video membuat siswa tertarik untuk memperhatikan informasi yang diberikan kepada mereka sehingga pengetahuan mengalami peningkatan. Video merupakan media edukasi yang menarik dan tidak membosankan bagi anak. Penelitian Hamida (2012), menemukan bahwa media yang digunakan dalam proses pembelajaran menyebabkan proses pembelajaran menjadi lebih menarik

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa di SDN 150 Gatotsubroto diperoleh hasil bahwa tingkat pengetahuan dan sikap siswa mengalami peningkatan setelah dilakukan edukasi kesehatan dengan menggunakan media video. Hasil pelatihan yang dilakukan secara

perhatian sehingga lebih mudah dipahami serta sasaran tidak menjadi cepat bosan. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Rufiati (2011), dan Zulaekah (2012) yang menemukan bahwa penggunaan media dalam pemberian edukasi dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan. Selain dapat meningkatkan tingkat pengetahuan, edukasi dengan menggunakan media video juga dapat meningkatkan sikap seseorang. Pada penelitian ini ditemukan bahwa sikap mengalami peningkatan kearah mendukung sarapan setelah dilakukan intervensi edukasi kesehatan. Hasil penelitian Siwi, Yunitasari & Krisnana, (2014) pada siswa SDN Seduri dan siswa SDN Singkalan membuktikan bahwa media audio visual mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap sikap anak. Edukasi dengan menggunakan video ini tentunya tidak hanya terbatas pada materi tentang sarapan sehat saja, akan tetapi untuk hal-hal lain dimana kebutuhan peningkatan pengetahuan dan sikap diperlukan pada berbagai aspek karena selama ini pun mereka dihadapkan pada permasalahan-permasalahan yang

mereka sendiri perlu mendapatkan bantuan. Dengan pengetahuan yang memadai serta sikap yang mendukung kesehatan diharapkan mereka dapat mengaplikasikan kedalam perilaku melakukan sarapan sehat dan bergizi dalam kehidupan sehari-hari, serta dapat mempengaruhi orang lain untuk berperilaku sehat tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi kesehatan mempengaruhi sikap dan pengetahuan siswa tentang sarapan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N. & Yuhandini, D.S. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. *Jurnal Care*. 2, 6 (2): 162-174
- Curtis, Kanki,B., Cousens,S., Diallo,I., Kpozehouen,A., Sangare,M.´& Nikiema,M. 2001. Evidence of behaviour change following a hygiene promotion programme in Burkina Faso Valerie. *Bulletin of the World Health Organization*. 79 (6):518-527