

**PENGARUH FREKUENSI PENDIDIKAN GIZI DENGAN
MEDIA VIDEO MOTION GRAPHIC TENTANG ANEMIA
TERHADAP PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI SISWI
SMAN 72 JAKARTA UTARA**

*The Effect Of Nutritional Frequency With Motion Graphic Video
About Anemia On Knowledge And Consumption Pattern Of Female
Student In 72 Senior High School North Jakarta*

Ayu Lidya Ningsih¹, Mia Srimati

¹Program Studi Gizi Universitas Binawan, Jakarta

E-mail: ayulidya.lidya@gmail.com

ABSTRAK

Hasil Riskesdas 2013 menyatakan prevalensi anemia di Indonesia mencapai 21,7%, pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 18,4% adapun yang mendominasi adalah pada kelompok perempuan sebesar 23,9%. Ditemukan bahwa pengetahuan remaja sebagai orang dewasa masa depan pengetahuannya tentang gizi masih rendah¹ khususnya manfaat tablet tambah darah sebesar 48,9%². Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan video motion graphic tentang anemia terhadap pengetahuan dan pola konsumsi siswi SMAN 72 Jakarta Utara. Sedangkan, jenis penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan desain penelitian menggunakan pretest-posttest control group. Responden dibagi menjadi 2 kelompok dengan masing-masing kelompok 37 responden. Penelitian ini menggunakan uji one paired samples t-test dan one way Anova dengan uji lanjutan Duncan. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan menggunakan video motion graphic tentang anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan pola konsumsi siswi SMAN 72 Jakarta Utara ($p=0,000$). Dapat disimpulkan bahwa, ada pengaruh pendidikan gizi dengan video motion graphic tentang anemia remaja putri terhadap pengetahuan ($p=0,000$), namun pada pola konsumsi sumber Fe belum cukup berpengaruh ($p=0,312$). Peneliti menyarankan untuk meneliti lebih mendalam terkait frekuensi pendidikan gizi menggunakan media video motion graphic sehingga dapat diketahui sampai frekuensi ke berapa perilaku siswi dapat berubah.

Kata kunci: Anemia, Pendidikan gizi, Pola konsumsi, Video Motion Graphic.

ABSTRACT

Results of Riskesdas 2013 prevalence of anemia in Indonesia reached 21.7%, in adolescents aged 15-24 years of 18.4% while dominating is in the female group of 23.9%. It was found that adolescent knowledge as adult the future of his knowledge about nutrition is still low especially about the benefits of iron tablets (48.9%) 1. This research aims to analyzing nutrition education with motion graphic video about anemia on knowledge and consumption pattern of female students in SMAN 72 Jakarta. This type of research is quasi experimental with research design pretest-posttest control group. There are 2 groups of teenage girl (each 37 respondents). This study uses one paired samples t-test and one way anova with Duncan advanced test. There is an effect of the frequency of nutritional education given by using motion graphic video to the knowledge of anemia and consumption pattern of source of iron ($p = 0,000$). There is an effect to knowledge ($p = 0,000$), but in source of iron consumption pattern has not enough effect ($p = 0,312$). It is necessary to conduct more in-depth research on the frequency of nutrition education, so it can be known that behavioral changes are in which frequency.

Keywords: Anemia, Nutrition education, Consumption patterns, Motion Graphic Video

PENDAHULUAN

Total kasus anemia setengahnya disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi, anemia gizi besi (AGB) merupakan anemia yang paling sering terjadi di Indonesia (WHO, 2014). Anemia pada umumnya dijumpai pada golongan rawan gizi salah satunya yaitu anak-anak sekolah khususnya remaja putri (Kiswari, 2014). Masalah kesehatan dan gizi di Indonesia pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian pada ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat

permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk remaja putri (Kemenkes, 2016).

Prevalensi anemia di Indonesia mencapai 21,7%, pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 18,4% adapun yang mendominasi adalah pada kelompok perempuan sebesar 23,9% (Riskesdas, 2013). Di lain pihak dari hasil studi longitudinal Kadarzi ditemukan bahwa pengetahuan remaja sebagai orang dewasa masa depan pengetahuannya tentang gizi masih rendah khususnya manfaat tablet

tambah darah sebesar 48,9% (WHO, 2014). Sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan berbasis masyarakat, Puskesmas Kelurahan Kelapa Gading Timur II melaksanakan program pemberian TTD pada anak sekolah dasar pada tahun 2017. Lalu, dilakukan pemantauan didapatkan hasil > 50% siswi tidak patuh mengonsumsi TTD. Setelah dievaluasi, penyebabnya adalah kurangnya sosialisasi, sehingga siswi kurang memahami pentingnya mengonsumsi TTD. Adapun intervensi yang dilakukan selanjutnya adalah merencanakan kembali pemberian TTD pada anak SMA di daerah Kelapa Gading, Jakarta Utara, yang sebelumnya sudah dilakukan penjarangan kesehatan terkait pemeriksaan fisik anemia sebagai acuan intervensi pemberian TTD yang akan dilaksanakan pada tahun 2018.

Berdasarkan hasil penjarangan kesehatan tahun 2017 yang dilakukan bersama dengan pihak UKS SMAN 72 Jakarta Utara, didapatkan sebanyak 13% siswi kelas X, 0% siswi kelas XI, dan 11,5% siswi kelas XII terduga anemia dengan kondisi fisik yang terkait dengan tanda-tanda fisik anemia berupa 5L (Lesu, Lemah, Lelah, dan Lalai) dan secara klinis ditandai dengan “pucat” pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan serta riwayat haid pertama. Setelah ditelusuri lebih lanjut dengan pendekatan

kepada pihak sekolah, ada beberapa rematri yang memang memiliki riwayat anemia yang mana sering mengalami “pingsan” di sekolah.

Pola konsumsi dapat didefinisikan sebagai cara seseorang atau kelompok orang dalam memilih hidangan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh psikologi, fisiologi, budaya dan sosial. Pola konsumsi dapat dinamakan kebiasaan makan (Soehardjo, 1990). Pola konsumsi juga dipengaruhi oleh pendidikan gizi karena, sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah sehingga dapat membentuk sikap positif terhadap makanan bergizi dalam rangka membentuk kebiasaan makan yang baru (Khomsan, 2000).

Media digunakan dalam kegiatan pembelajaran karena memiliki kemampuan dalam menyajikan peristiwa yang kompleks menjadi lebih sederhana, meningkatkan motivasi dan perhatian dalam proses belajar dan meningkatkan sistematika dalam pembelajaran⁸. Video motion graphic pada umumnya merupakan gabungan dari potongan-potongan desain atau animasi yang berbasis media visual yang menggabungkan bahasa film dengan desain grafis yang dicapai dengan memasukkan sejumlah elemen yang berbeda seperti 2D/3D, animasi, video, film, tipografi, ilustrasi, fotografi, dan

musik (Machda, 2010). Penggunaan animasi dan efek khusus sangat efektif untuk menarik perhatian peserta didik dalam situasi pembelajaran baik permulaan maupun akhir rangkaian pelajaran sehingga menghindari rasa jenuh siswa.

Penggunaan kombinasi warna dan gambar yang dirancang dengan perpaduan menarik dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran (Contento, 2007). Ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi tentang anemia sebelum dan setelah diberikan pendidikan gizi dengan media video baik pada saat post test meningkat menjadi 23,5% sebelumnya tidak ada sampel yang masuk dalam kategori baik (Cahyono, 2015). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan media video motion graphic tentang anemia terhadap pengetahuan dan pola konsumsi siswi SMAN 72 Jakarta Utara.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimental yang memiliki desain penelitian pretest-posttest control group. Dalam rancangan penelitian menggunakan dua kelompok perlakuan terhadap subjek penelitian dengan perlakuan yang berbeda, yaitu kelompok pertama (A) diberikan penyuluhan dengan

media video motion graphic dalam 1 kali pertemuan sedangkan, kelompok kedua (B) diberikan penyuluhan dengan media video motion graphic dalam 3 kali pertemuan.. Perbedaan kedua hasil pengukuran tersebut dianggap sebagai efek perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X SMAN 72 Jakarta Utara yaitu, 168 siswi. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel yang di ambil masing-masing kelompok 37 siswi (sudah dengan estimasi drop out 20%). Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan berupa kuesioner dengan pertanyaan tertutup, formulir food recall 24 jam, dan media berupa video motion graphic.

Adapun data yang dikumpulkan berdasarkan kuesioner pretest-posttest yang dibagikan kepada sampel yang dilakukan pada hari yang sama. Bahan yang digunakan dalam materi video motion graphic adalah buku “Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan WUS” yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan RI tahun 2016.

Penelitian dimulai dari penentuan lokasi penelitian, kemudian menyiapkan materi untuk dijadikan bahan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan siswi, menyiapkan file media video motion

graphic mengenai anemia pada remaja putri yang diambil dari pemegang promosi kesehatan (promkes) Puskesmas Kelurahan Kelapa Gading Timur II, peneliti menyiapkan instrument penelitian lainnya (formulir food recall 24 jam, informed consent, dan penjelasan penelitian). Masing-masing kelompok A dan B diberikan perlakuan yang sama namun dibedakan dari frekuensi penyuluhan dengan media video motion graphic. Pada kelompok A hanya diberikan 1 kali penyuluhan dengan menggunakan video motion graphic, sedangkan kelompok B diberikan 3 kali penyuluhan dengan media video motion graphic. Sebelum diberikan perlakuan, responden melakukan pre test dan di recall asupan makan 24 jam dan setiap setelah diberikan perlakuan, responden melakukan post test dan dilakukan recall asupan makan 24 jam.

Hasil uji pre test dan post test di skoring, kemudian dikategorikan untuk disajikan dalam bentuk analisa univariat yaitu, kurang jika nilainya < 60%, cukup jika 60 – 80%, dan baik jika > 80% (Khomsan, 2000). Pada analisa bivariat akan dilihat perbedaan pengetahuan tentang anemia remaja putri pada kelompok A dengan kelompok B pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara dan perbedaan pola konsumsi sumber Fe pada kelompok A dengan kelompok B pada

siswi SMAN 72 Jakarta Utara. Data tersebut akan disajikan dalam bentuk tabel uji beda (one paired samples t-test). Pada analisa multivariat akan dilihat pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan menggunakan media video motion graphic yang paling bermakna terhadap pengetahuan dan pola konsumsi, maka ditentukan dengan uji Anova One Way untuk kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan dari isian data yang tercantum pada kuesioner. Adapun karakteristik responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A dan kelompok B data diambil yaitu usia dan agama.

Tabel 1. Karakteristik Usia dan Agama Kelompok A dan Kelompok B

Karakteristik	Kel. A		Kel.B	
	n	%	n	%
Usia:				
14 tahun	10	27	7	18,9
15 tahun	26	70,3	27	73
16 tahun	1	2,7	3	8,1
Total	37	100	37	100
Agama:				
Islam	34	91,9	34	91,9
Kristen Prot	3	8,1	1	2,7
Katolik	0	0	1	2,7
Hindu	0	0	1	2,7
Buddha	0	0	0	0
Konghuchu	0	0	0	0
Total	37	100	37	100

Dari Tabel 1 menunjukkan usia responden terbanyak adalah 15 tahun pada kelompok A maupun kelompok B (70,3%;73%). Lalu, pada data karakteristik agama responden kelompok A maupun kelompok B paling banyak memeluk agama Islam (91,9%;91,9%). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa, responden kelompok A dengan kelompok B memiliki karakteristik yang sama (homogeny).

Intervensi yang diberikan pada penelitian ini yaitu berupa pendidikan gizi menggunakan media video motion graphic tentang anemia pada remaja putri yang sesuai dengan anjuran Kemenkes tahun 2017.

Subjek penelitian dibagi menjadi 2 kelompok dimana kelompok A dilakukan pertemuan sebanyak 1 kali dan kelompok B dilakukan pertemuan sebanyak 3 kali untuk melihat pengaruh media video motion graphic dalam mengubah pola konsumsi sumber Fe pada siswi kelas X di SMAN 72 Jakarta Utara.

Berdasarkan distribusi pengetahuan dan pola konsumsi sumber Fe yang diberikan dalam 3 kali pertemuan dengan metode ceramah dengan media video motion graphic (Kelompok B) memiliki peningkatan pengetahuan pada saat pre test tidak ada yang mengetahui tentang anemia pada remaja putri (0%) menjadi hampir seluruhnya siswi sudah mengetahui dengan

baik tentang anemia pada remaja putri (91,9%) dan pada pola konsumsi sumber Fe mencapai 7 mg/hari menjadi 14,04 mg/hari atau terjadi kenaikan dua kali lipat lebih besar. Hal tersebut relative lebih tinggi dibandingkan dengan Kelompok A pada saat pre test tidak ada yang mengetahui tentang anemia pada remaja putri (0%) menjadi 2,7% siswi sudah mengetahui dengan baik tentang anemia pada remaja putri dan pada pola konsumsi sumber Fe hanya mencapai dari 7,29 mg/hari menjadi 8,32 mg/hari atau terjadi kenaikan sebesar 1,03 mg/hari (14%) dengan 1 kali pertemuan menggunakan metode ceramah menggunakan video motion graphic. Hal ini sejalan dengan penelitian Cahyono yaitu, terdapat peningkatan pengetahuan anemia pada kelompok video animasi pada saat pre test dan post test mengalami peningkatan skor dari 63,73 menjadi 73,51 sehingga menjadi peningkatan sebanyak 16% (Farisa, 2012).

Hasil uji statistik menggunakan One Way Anova dilakukan untuk menganalisis pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan menggunakan media video motion graphic terhadap pengetahuan tentang anemia remaja putri dan pola konsumsi sumber Fe. Adapun hasil penelitian ini menyatakan jika semakin sering dilakukan pemberian pendidikan gizi dengan media video motion graphic maka semakin baik hasil

pengetahuan dan pola konsumsi sumber Fe pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara. Namun, jika dilihat dari masing-masing variabel yang diuji terlihat yang sangat berpengaruh adalah pengetahuan siswi dengan $p=0,000$, sedangkan pada pola konsumsi sumber Fe tidak signifikan $p=0,312$. Pengetahuan gizi dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu, tahu (know), memahami (comprehension), aplikasi (application), analisis (analysis), sintesis (synthesis), dan evaluasi (evaluation).

Pada penelitian ini dapat digambarkan siswi SMAN 72 Jakarta Utara sudah mencapai pada tingkatan aplikasi (application) karena sudah dapat mengaplikasikan pengetahuan tentang anemia remaja sehingga meningkatkan konsumsi sumber Fe, walaupun pada penelitian ini pola konsumsi sumber Fe belum memenuhi AKG.

Waktu pemberian intervensi ini masih sangat pendek dibandingkan dengan penelitian yang menjelaskan perubahan perilaku secara umum memerlukan waktu antara 18-254 hari¹⁸. Namun hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri dan pola konsumsi sumber Fe walaupun, masih belum cukup untuk mengubah perilaku makan dalam hal jumlah konsumsi sumber Fe sesuai anjuran AKG tahun 2013 yaitu 26 mg/hari pada

remaja putri usia 14-16 tahun. Hal Untuk mengubah pengetahuan diperlukan dalam proses perubahan perilaku tetapi tidak selalu menjadi penyebab yang cukup dari perubahan perilaku individu maupun kolektif, perlu adanya dukungan dari pihak lingkungan seperti sekolah dan keluarga terutama pihak sekolah yang sangat berperan terhadap perilaku siswa. Oleh karena itu dibutuhkan kerjasama antara pihak tenaga kesehatan, pendidikan dan keluarga dalam mendukung perubahan perilaku konsumsi sumber Fe pada remaja putri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Tingkat pengetahuan Kelompok A dan Kelompok B tentang anemia remaja putri pada Siswi SMAN 72 Jakarta Utara rerata memiliki nilai pre test dengan kategori kurang (67,6% dan 78,4%) dan meningkat pada post test dengan kategori baik (2,7% dan 91,9%). Pola konsumsi sumber Fe pada Kelompok A dan Kelompok B pada Siswi SMAN 72 Jakarta Utara termasuk dalam kategori kurang dilihat dari pre test maupun post test. Ada pengaruh pendidikan gizi sebelum dan sesudah menggunakan media video motion graphic tentang anemia terhadap pengetahuan pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara dalam 1 kali pertemuan dan 3 kali pertemuan.

Ada pengaruh pendidikan gizi sebelum dan sesudah menggunakan media video motion graphic tentang anemia terhadap pola konsumsi sumber Fe pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara dalam 1 kali pertemuan dan 3 kali pertemuan. Ada perbedaan pengetahuan tentang anemia remaja putri pada kelompok A dengan kelompok B pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara. Ada perbedaan pola konsumsi sumber Fe pada kelompok A dengan kelompok B pada siswi SMAN 72 Jakarta Utara. Ada pengaruh frekuensi pendidikan gizi dengan menggunakan media video motion graphic sangat berpengaruh terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri. Namun, tidak terlalu berpengaruh terhadap pola konsumsi siswi SMAN 72 Jakarta Utara.

Perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam tentang frekuensi pemberian pendidikan gizi sehingga, dapat diketahui perubahan perilaku terdapat pada frekuensi keberapa. Perlu diadakan pemberian pendidikan gizi secara rutin untuk merubah perilaku siswi dalam pola konsumsi sumber Fe, karena waktu seseorang dalam mengubah perilaku berbeda-beda dan diperlukan kegiatan secara berkesinambungan untuk membuat persepsi konsumsi sumber Fe merupakan sebuah kebutuhan bukan sebagai paksaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyono, S. 2015. Peningkatan Pengetahuan Siswi tentang Anemia setelah Mendapatkan Pendidikan Gizi dengan Media Video Animasi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Contento, I. 2007. Nutrition Education : Linking Research, Theory, and Practice (2nd ed). London: Jones and Bartlett Publishers.
- Farisa, Soraya. 2012. Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012. Depok: Universitas Indonesia.
- Hermina, dan Partini, S. 2016. Pengembangan Media Poster sebagai Alat Bantu Edukasi Gizi pada Remaja Terkait Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi). Penelitian Gizi dan Makanan; 39 (1):15-26.
- Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja.
- Khomsan. 2000. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Bogor: Institut Pertanian Bogor, Fakultas Ekologi Manusia.

- Kiswari, R. 2014. Hematologi dan Transfusi. Jakarta: Erlangga.
- Lally, Philipa et al. How Are Habits Formed : Modelling Habit Formation in the Real World. European Journal of Social Psychology 2010; 40 (6).
- Machda, F. 2010. History of Motion Graphic.1st ed. Motion by Design.
- Notoatmodjo, S. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Soehardjo. 1990. Pangan, Gizi, dan Pertanian. Jakarta: UI Press