
EFEKTIVITAS PEMBERIAN KARTU YU-SB (YUGIOH SAYUR BUAH) SEBAGAI MEDIA PENINGKATAN PENGETAHUAN SAYUR DAN BUAH SISWA SEKOLAH DASAR

Amalina Gita Putri¹, Irianton Aritonang², Weni Kurdanti³.

¹ Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta

^{2,3} Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Email: amalinagita12@gmail.com

ABSTRAK

Kata Kunci:

Media
Pengetahuan sayur dan buah
Kartu YU-SB
Leaflet

Latar Belakang: Konsumsi sayur dan buah masih cukup rendah, pada usia anak sekolah dasar sangat sulit untuk dapat mengonsumsi makanan-makanan yang diperlukan untuk masa pertumbuhan. Perilaku konsumsi sayur dan buah mempunyai hubungan yang signifikan salah satunya dengan pengetahuan gizi, untuk dapat menambah pengetahuan tentang gizi dapat dilakukan melalui proses penyuluhan gizi. Perlu digunakan media untuk meningkatkan minat sasaran dalam menyerap informasi contohnya kartu YU-SB dan leaflet. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian kartu YU-SB dibandingkan leaflet sebagai media peningkatan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan menggunakan *pre-posttest with control group design*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Februari 2020. Cara penentuan lokasi penelitian dilakukan dengan cara *purposive sampling*, terpilih siswa kelas IV SDN Ngijon I (sebagai kelompok kartu YU-SB) dan siswa kelas IV SDN Pendulan (sebagai kelompok leaflet). **Hasil:** Hasil uji *pretest* tidak signifikan $p=0,261$ menunjukkan pengetahuan awal dari kedua kelompok sama, rata-rata *pretest* kelompok kartu YU-SB yaitu 56,50 dan kelompok leaflet yaitu 59,17. Hasil *posttest* ($p=0,648$) secara statistik tidak signifikan, akan tetapi terdapat perbedaan pengetahuan antara kelompok kartu YU-SB dengan leaflet pada hasil *posttest* jika dilihat dari peningkatan nilai rata-rata. Rata-rata *posttest* kelompok kartu YU-SB yaitu 75,00 dan kelompok leaflet yaitu 76,33. Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan dengan kartu YU-SB ($p=0,000$) dan penyuluhan dengan leaflet ($p=0,000$). **Kesimpulan:** Kartu YU-SB lebih efektif dibandingkan dengan leaflet sebagai media peningkatan pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar.

ABSTRACT

Keyword:

Media
Knowledge of vegetables and
fruit
YU-SB card
leaflet

Background: Consumption of vegetables and fruit is still quite low, at the age of elementary school children is very difficult to be able to eat foods needed for growth. Consumption behavior of vegetables and fruits has a significant relationship one of them with nutritional knowledge, to be able to increase knowledge about nutrition can be done through the process of nutrition counseling. The media needs to be used to increase the target's interest in absorbing information such as YU-SB cards and leaflets. **Objective:** The purpose of this research was to determine the effectiveness of giving YU-SB cards compared to leaflets as a medium to increase vegetable and fruit knowledge in elementary school students. **Method:** This type of research is a *quasi experiment using pre-posttest with control group design*. The research

*was conducted in January to February 2020. The method of determining the location of the study was carried out by means of purposive sampling, selected fourth grade students of SDN Ngijon I (as a group of YU-SB cards) and fourth grade students of Pendulan SDN (as leaflet groups). **Results:** The results of the pretest test were not significant $p = 0.261$ indicating that the initial knowledge of the two groups was the same, the average pretest for the YU-SB card group was 56.50 and the leaflet group was 59.17. The posttest results ($p = 0.648$) were not statistically significant, but there was a difference in knowledge between the YU-SB card group and leaflets on the posttest results when viewed from an increase in the mean value. The average post-test for the YU-SB card group is 75.00 and the leaflet group is 76.33. There was a significant difference in knowledge before and after counseling with the YU-SB card ($p = 0,000$) and counseling with leaflets ($p = 0,000$). **Conclusion:** The YU-SB card is more effective compared to leaflets as a medium for increasing elementary school students' vegetable and fruit knowledge.*

1. PENDAHULUAN

Konsumsi sayur dan/ atau buah dikategorikan cukup apabila makan sayur dan/atau buah minimal lima porsi per hari selama tujuh hari dalam seminggu. Dikategorikan kurang apabila konsumsi sayur dan/atau buah kurang dari ketentuan di atas.¹ Proporsi konsumsi sayur buah <5 porsi perhari umur ≥ 5 tahun di Indonesia sebesar 95,5%. Hasil tersebut menunjukkan kenaikan, yang sebelumnya pada tahun 2013 sebesar 93,5%.²

Perilaku konsumsi sayur dan buah mempunyai hubungan yang signifikan dengan sikap, pengetahuan gizi, ketersediaan makanan, keterpaparan media, dan pendapatan orang tua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.³ Untuk dapat menambah pengetahuan tentang gizi dapat dilakukan melalui proses pendidikan gizi. Disamping pendidikan gizi, ada beberapa kegiatan yang terkait untuk menyadarkan masyarakat dalam bidang gizi, antara lain promosi gizi, penyuluhan gizi, advokasi gizi, pelatihan gizi, dan konsultasi gizi.⁴

Dalam melakukan penyuluhan, media penyuluhan sangat penting digunakan untuk memperjelas pesan-pesan gizi. Media adalah alat, bahan atau apapun yang digunakan sebagai media untuk pesan-pesan yang akan disampaikan dengan maksud untuk memperjelas pesan-pesan.⁴ Penggunaan media pembelajaran bermanfaat untuk meningkatkan minat sasaran dalam menyerap informasi, membantu mengatasi banyak hambatan dalam pemahaman suatu materi, merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penyampaian materi atau informasi oleh narasumber dan mempermudah penerimaan materi atau informasi oleh sasaran.⁵ Berdasarkan hasil penelitian Fadhilah dkk, terdapat pengaruh yang berarti pemberian penyuluhan dengan media kartu sayuran terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang sayuran.⁵

Media yang digunakan dalam menyampaikan pesan dapat menggunakan media kartu YU-SB, karena media kartu YU-SB tersebut dilakukan menggunakan metode permainan, sehingga dapat menimbulkan minat siswa dalam mengikuti penyuluhan dan menarik siswa untuk memperhatikan materi penyuluhan yang disampaikan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penyuluhan gizi menggunakan media kartu YU-SB dibandingkan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah quasi experiment, menggunakan rancangan pre-posttest with control group design, yaitu dilakukan penyuluhan dengan media kartu YU-SB dan leaflet, siswa terlebih dahulu diberi pretest dan setelah dilakukan penyuluhan, siswa diberi posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuannya. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Februari 2020. Cara penentuan

lokasi penelitian dilakukan dengan cara purposive sampling, terpilih siswa kelas IV SDN Ngijon I (sebagai kelompok kartu YU-SB) dan siswa kelas IV SDN Pendulan (sebagai kelompok leaflet). Penentuan kelompok pembandingan dan kelompok perlakuan dilakukan dengan mengundi menggunakan koin yang bertujuan untuk menghindari keberpihakan terhadap kelompok tertentu.

Besar sampel yaitu seluruh siswa kelas empat di SDN Ngijon I adalah 30 siswa, sedangkan SDN Pendulan adalah 31 siswa. Pada awal pengambilan data hari pertama di SDN Pendulan jumlah siswa yang datang 30 siswa, sehingga satu siswa yang tidak berangkat tidak dimasukkan dalam subjek penelitian. Jumlah seluruh subjek penelitian adalah 60 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer meliputi biodata siswa, pengetahuan sayur dan buah siswa, serta data jumlah sekolah dasar dan data jumlah siswa sekolah dasar di Kecamatan Moyudan. Pengetahuan siswa SD tentang sayur dan buah didefinisikan sebagai pemahaman siswa SD tentang sayur dan buah yang dinilai dengan menjawab soal pretest dan posttest dengan menjawab 20 soal. Pengetahuan siswa dikategorikan baik, bila nilai pengetahuan \geq mean dan kurang, bila nilai pengetahuan $<$ mean. Data sekunder meliputi gambaran lokasi di SDN Ngijon I dan SDN Pendulan.

Data setiap parameter penelitian ditampilkan dalam rata-rata dan perbedaan seluruh parameter pengetahuan pre-post sayur dan buah siswa sekolah dasar. Analisis statistik uji komparatif dengan uji t berpasangan menggunakan tingkat kepercayaan 95% ($p < 0,05$). Analisis ini menggunakan software aplikasi analisis statistik SPSS 20.0 for Windows. Penelitian ini dinyatakan layak etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, dibuktikan dengan Surat Keterangan Layak Etik No. e-KEPK/POLKESYO/0425/XII/2019 yang diterbitkan pada tanggal 19 Desember 2019.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden dalam penelitian berjumlah 60 siswa, dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kartu YU-SB yang berjumlah 30 siswa dan kelompok pembandingan yang berjumlah 30 siswa. Kelompok kartu YU-SB yaitu SD Negeri Ngijon I dan kelompok pembandingan yaitu SD Negeri Pendulan. Karakteristik responden disajikan pada tabel.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Variabel	Kelompok			
	Kartu YU-SB		Leaflet	
	n	%	n	%
Usia (Tahun)				
9	4	13,3	3	10,0
10	23	76,7	27	90,0
11	3	10,0	0	0
Total	30	100,0	30	100,0
Jenis Kelamin				
Laki-laki	17	56,7	14	45,2
Perempuan	13	43,3	16	51,6
Total	30	100,0	30	100,0
Karakteristik responden berdasarkan perolehan informasi tentang sayur dan buah				
Belum pernah	13	43,3	16	53,3
Sudah pernah				
Keluarga	6	20,0	2	6,5
Televisi	9	30,0	7	22,6
Majalah	2	6,7	-	-
Rumah sakit			1	3,2
Youtube			2	6,5
Koran			2	6,5
Total	17	56,7	14	46,7

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa sebagian besar usia responden adalah 10 tahun, pada kelompok kartu YU-SB sebanyak 23 siswa atau 76,7% dan pada kelompok pembandingan sebanyak 27 siswa atau 90%. Jenis kelamin responden pada kelompok kartu YU-SB laki-laki sebanyak 17 siswa atau 56,7% dan perempuan sebanyak 13 siswa atau 43,3%. Kelompok pembandingan, responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 siswa atau 45,2% dan perempuan sebanyak 16 siswa 51,6%.

Responden kelompok kartu YU-SB sebanyak 13 siswa atau 43,3% belum pernah mendapat informasi tentang sayur dan buah, sedangkan untuk responden kelompok pembandingan siswa yang belum pernah mendapatkan informasi tentang sayur dan buah sebanyak 16 siswa atau 53,3%. Jumlah siswa yang sudah pernah mendapatkan informasi tentang sayur dan buah pada kelompok kartu YU-SB sebanyak 17 siswa atau 56,7%.

Data penelitian diuji dengan menggunakan uji independent sample t-test untuk mengetahui perbedaan pengetahuan awal pada kelompok kartu YU-SB dan leaflet, serta pengetahuan akhir setelah intervensi pada kelompok kartu YU-SB dan leaflet. Hasil uji independent sample t-test disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Perbedaan Pengetahuan Siswa tentang Sayur dan Buah Sebelum dan Setelah Intervensi.

Kelompok	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean±SD	P
Pretest				
Kartu YU-SB	35	75	56.50±10,598	0,261
Leaflet	45	70	59.17±7,321	
Posttest				
Kartu YU-SB	50	95	75.00±11,295	0,648
Leaflet	55	100	76.33±11,214	

Berdasarkan tabel perbedaan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah sebelum dan setelah intervensi dapat diketahui bahwa, pengetahuan sebelum intervensi mempunyai nilai $p=0,261 (>0,05 =$ tidak signifikan). Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan pengetahuan sayur dan buah antara kedua kelompok pada hasil pretest.

Pengetahuan akhir siswa setelah perlakuan pada kelompok kartu YU-SB dan leaflet $p= 0,648 (>0,05=$ tidak signifikan). Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan antara kelompok kartu YU-SB dengan leaflet pada hasil posttest jika dilihat dari peningkatan nilai rata-rata akan tetapi secara statistik tidak signifikan. Peningkatan rata-rata kelompok kartu YU-SB sebesar 18,5 sedangkan pada kelompok leaflet meningkat sebesar 17,16.

Data penelitian diuji menggunakan uji paired sample t-test untuk menguji data berpasangan. Uji tersebut digunakan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan awal dan pengetahuan akhir. Pengetahuan awal dan akhir pada kelompok kartu YU-SB dan pengetahuan awal dan akhir pada kelompok leaflet disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Siswa tentang Sayur dan Buah dengan Uji Paired Sample t-test

Kelompok	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean±SD	P
Kartu YU-SB				
Pretest	35	75	56.50±10,598	0,000
Posttest	50	95	75.00±11,295	
Leaflet				
Pretest	45	70	59.17±7,321	0,000
Posttest	55	100	76.33±11,214	

Berdasarkan hasil uji pada tabel 3 untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum (pretest) dan setelah (posttest) diberikan intervensi tentang sayur dan buah pada kelompok penyuluhan dengan media kartu YU-SB dan media leaflet, kedua kelompok tersebut memiliki nilai $p(0,000)<0,05$ yaitu signifikan. Sehingga dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan bermakna pada pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kedua kelompok penyuluhan dengan media kartu YU-SB dan media leaflet.

Efektivitas media kartu YU-SB dibandingkan dengan leaflet dapat diketahui melalui uji statistik Mc Nemar. Pengetahuan siswa yang dilihat melalui nilai hasil pretest dan posttest tersebut dikategorikan menjadi dua, yaitu baik dan kurang. Pengetahuan siswa digolongkan baik apabila nilai pretest maupun posttest lebih dari atau sama dengan rata-rata, sedangkan pengetahuan siswa digolongkan kurang apabila nilai pretest maupun posttest kurang dari rata-rata.

Tabel 4. Tingkat Pengetahuan Sayur dan Buah Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi Kartu YU-SB		Sesudah Intervensi Leaflet		<i>p</i>	
	Baik	Kurang	Baik	Kurang	Kartu YU-SB	Leaflet
Baik	10	7	9	9	1,000	0,267
Kurang	7	6	4	8		

Berdasarkan hasil uji Mc. Nemar dapat diketahui bahwa pada kelompok Kartu YU-SB nilai $p=1,000$ ($>0,05$ = tidak signifikan) dan pada kelompok leaflet $p=0,267$ ($>0,05$ = tidak signifikan). Apabila dilihat dari tabel distribusi kategori pengetahuan siswa sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok, diketahui bahwa pada kelompok kartu YU-SB lebih dapat meningkatkan kategori pengetahuan siswa dari kurang menjadi baik. Peningkatan pengetahuan tersebut sebanyak 7 siswa, sedangkan pada kelompok leaflet peningkatan pengetahuan dari kurang menjadi baik hanya sebanyak 4 siswa. Sehingga dapat dikatakan kartu YU-SB lebih efektif sebagai media dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang sayur dan buah dibandingkan dengan leaflet, walaupun secara uji statistik kedua kelompok hasilnya tidak signifikan.

Pembahasan

Berdasarkan distribusi karakteristik responden, usia responden berada pada kisaran umur 9-11 tahun. Distribusi usia responden pada kelompok perlakuan (kartu YU-SB) yaitu didominasi oleh responden umur 10 tahun sebanyak 23 siswa (76,7%), untuk responden dengan umur sembilan tahun sebanyak empat siswa (13,3%), responden dengan usia 11 tahun sebanyak tiga siswa (10,0%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok perlakuan didominasi oleh responden dengan jenis kelamin laki-laki, dengan jumlah responden laki-laki sebanyak 17 dan jenis kelamin perempuan sebanyak 13.

Distribusi usia responden pada kelompok pembandingan didominasi oleh responden dengan usia 10 tahun yaitu sebanyak 27 siswa (90%), untuk responden dengan usia sembilan tahun sebanyak tiga siswa (10%). Distribusi jenis kelamin pada kelompok pembandingan didominasi oleh responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 16 siswa (51,6%) dan responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 siswa (45,2%).

Karakteristik usia dan jenis kelamin responden diuji homogenitas untuk mengetahui apakah kedua kelompok data memiliki varians yang homogen atau tidak. Setelah diuji homogenitas ternyata kedua karakteristik tersebut homogen karena $p>0,05$ yaitu untuk karakteristik usia $p=0,904$ dan untuk karakteristik jenis kelamin $p=0,136$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa karakteristik usia dan jenis kelamin dari kedua kelompok populasi memiliki varians yang homogen.

Usia anak 9-11 tahun adalah anak usia sekolah, menurut teori kognitif Piaget anak mempunyai pemikiran operasional konkret. Makna operasional konkret yaitu anak dapat melakukan tindakan konkret dan mereka mampu berpikir secara logis selama mereka dapat menerapkan penalaran mereka pada contoh yang konkret dan spesifik. Operasional konkret memungkinkan anak untuk mempertimbangkan beberapa karakteristik daripada berfokus terhadap satu sifat objek saja.⁶

Menurut hasil penelitian Juwantara, anak usia sembilan tahun sudah bisa diterapkan sistem pembelajaran dengan diskusi kelompok. Anak usia 10 tahun, anak bisa diajak bernalar kritis terhadap objek-objek yang belum diketahui sebelumnya. Anak usia 11 tahun, anak sudah bisa diterapkan model pembelajaran yang terpusat pada siswa.⁷ Berdasarkan distribusi sumber informasi sayur dan buah responden terdapat beberapa sumber yaitu keluarga, televisi, majalah, rumah sakit, youtube, dan koran. Kelompok kartu YU-SB dan kelompok leaflet sumber informasi terbanyak yaitu pada televisi.

Berdasarkan hasil uji normalitas pada data pengetahuan siswa sekolah dasar diketahui kedua kelompok berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji homogenitas terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar. Setelah dilakukan uji homogenitas diperoleh hasil $p=0,089$ ($>0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pengetahuan siswa sekolah dasar dari kedua kelompok populasi memiliki varians yang homogen.

Berdasarkan hasil uji independent t-test, nilai pretest media kartu YU-SB dan leaflet nilai $p=0,261$ ($>0,05$ = tidak signifikan) menunjukkan bahwa tidak ada terdapat perbedaan pengetahuan sayur dan buah yang signifikan pada kedua kelompok atau dapat dikatakan bahwa keadaan awal kedua kelompok sama. Nilai *posttest* pada media kartu YU-SB dan leaflet nilai $p=0,648$ ($>0,05$ = tidak signifikan). Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan antara kelompok kartu YU-SB dengan leaflet pada hasil *posttest* jika dilihat dari peningkatan nilai rata-rata akan tetapi secara statistik tidak signifikan. Peningkatan rata-rata kelompok kartu YU-SB sebesar 18,5 sedangkan pada kelompok leaflet meningkat sebesar 17,16.

Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media kartu YU-SB maupun dengan leaflet sama-sama memiliki pengaruh untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah. Terdapat beberapa faktor kemungkinan yang menyebabkan hasil uji statistik tersebut tidak signifikan, diantaranya yaitu kemampuan berfikir dan kemampuan dalam memahami materi yang disampaikan setiap anak berbeda-beda. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Wulandari, dkk yang menyatakan bahwa tingkat berfikir kreatif masing-masing siswa berbeda sehingga dapat mempengaruhi hasil dari pengetahuan siswa tentang buah dan sayur.⁸

Perkembangan kognitif setiap individu berbeda-beda, ada yang cepat dan ada juga yang lambat. Perbedaan tersebut dapat terjadi karena dipengaruhi berbagai faktor, diantaranya yaitu asupan gizi. Selain itu faktor hereditas (keturunan) dan faktor lingkungan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak.⁷

Berdasarkan hasil uji paired t-test yang telah dilakukan, diketahui ada beda antara skor nilai pretest dan posttest pada media kartu YU-SB yaitu 18,50 dan nilai $p=0,000$ (0,05). Sehingga dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan bermakna antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi dengan media kartu YU-SB. Diketahui pula ada beda antara skor nilai pretest dan posttest pada media leaflet yaitu 17,16 dan nilai $p=0,000$ (0,05). Sehingga terdapat perbedaan bermakna antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi dengan media leaflet.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kartu YU-SB dan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurdanti, dkk menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan siswa tentang PGS antara sebelum dan setelah penyuluhan PGS menggunakan media promosi gizi (Pop Up Book, PGS card, dan leaflet) dan sebaliknya dengan sikap dan perilaku.⁹ Begitu pula dengan hasil penelitian Romadhoni, dkk yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian buku cerita bergambar terhadap peningkatan pengetahuan tentang sayur dan terdapat pengaruh pemberian buku cerita bergambar terhadap peningkatan pengetahuan tentang buah.¹⁰

Pengetahuan siswa yang dilihat melalui nilai hasil pretest dan posttest tersebut dikategorikan menjadi dua, yaitu baik dan kurang. Pengetahuan siswa digolongkan baik apabila nilai pretest maupun posttest lebih dari atau sama dengan rata-rata, sedangkan pengetahuan siswa digolongkan kurang apabila nilai pretest maupun posttest kurang dari rata-rata. Nilai rata-rata (mean) dapat digunakan sebagai cut off point karena distribusi responden menurut pengetahuan tentang PHBS terdistribusi normal.¹¹ Berdasarkan uji Mc. Nemar, dapat dikatakan kartu YU-SB lebih efektif sebagai media dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang sayur dan buah dibandingkan dengan leaflet, walaupun secara uji statistik kedua kelompok hasilnya tidak signifikan. Hal tersebut dikarenakan kedua media mempunyai peran yang sama dalam meningkatkan pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar.

Penyuluhan dengan media kartu YU-SB memiliki kelebihan dibandingkan dengan media leaflet. Media kartu YU-SB digunakan dalam model permainan, dengan adanya permainan tersebut lebih menarik siswa untuk memperhatikan materi penyuluhan yang disampaikan. Metode permainan dengan kartu ini secara tidak langsung menyebabkan siswa lebih aktif dan antusias dalam mengikuti penyuluhan tentang sayur dan buah. Sesuai dengan pelaksanaan saat penelitian, siswa sangat antusias dan ketagihan untuk bermain kartu tersebut, sehingga materi yang terdapat dalam kartu akan lebih mudah dipahami oleh siswa.

Sejalan dengan penelitian Kurdanti, dkk yang menyatakan bahwa penggunaan PGS card cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa karena pemberian informasi dalam kartu bergambar dapat dilihat berkali-kali dalam suasana bermain yang menyenangkan sehingga membuat siswa lebih mudah menerima informasi yang diberikan.⁹ Pembelajaran berbasis permainan merupakan metode penyuluhan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak sekolah dasar. Bermain mengandung aspek menyenangkan dan menimbulkan kegembiraan sehingga dapat menimbulkan minat anak untuk ikut serta. Kegembiraan yang ditimbulkan dalam proses belajar dapat membantu pemahaman siswa atas materi yang diterima.¹²

Apabila dilihat dari metode penyuluhan yang dilakukan, penyuluhan dengan menggunakan kartu YU-SB dinilai lebih efektif karena metode penyuluhan tersebut menggunakan metode permainan, sehingga dapat menimbulkan minat siswa dalam mengikuti penyuluhan. Metode permainan tersebut siswa lebih berperan secara aktif dan ikut berperan dalam penyuluhan tersebut. Metode permainan jika dibandingkan dengan kelompok leaflet, siswa hanya berperan pasif dalam mengikuti penyuluhan sayur dan buah oleh narasumber karena siswa hanya mendengarkan.

Berdasarkan teori Edgar Dale dalam Notoatmodjo, membagi 11 tingkatan alat peraga, yaitu 1= kata-kata, 2= tulisan, 3= rekaman, radio, 4= film, 5= televise, 6= pameran, 7= field trip, 8= demonstrasi,

9= sandiwara, 10= benda tiruan, 11= benda asli.¹³ Sesuai dengan tingkatan tersebut, tingkatan paling rendah adalah kata-kata dan paling tinggi adalah benda asli. Metode penyuluhan dengan kartu YU-SB termasuk dalam kategori demonstrasi, mempunyai tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan metode penyuluhan dengan leaflet yang termasuk dalam kategori tulisan. Sehingga, dapat dikatakan bahwa kartu YU-SB lebih efektif digunakan dalam penyuluhan dibandingkan dengan leaflet.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

Ada perbedaan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar sebelum dan sesudah pemberian kartu YU-SB. Ada perbedaan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar sebelum dan sesudah pemberian leaflet. Ada perbedaan efektivitas pemberian kartu YU-SB dibandingkan dengan leaflet sebagai media peningkatan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar. Kartu YU-SB dapat dikatakan lebih efektif dibandingkan dengan leaflet, walaupun secara uji statistik kedua kelompok hasilnya tidak signifikan.

4.2. Saran

Kartu YU-SB dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah. Media kartu YU-SB dapat dimanfaatkan sebagai media penyuluhan dan edukasi dalam kegiatan untuk memberikan informasi tentang sayur dan buah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes, 2013. *Riset Kesehatan Dasar*, Jakarta: Badan Litbangkes.
2. _____, 2018. *Riset Kesehatan Dasar*, Jakarta: Badan Litbangkes.
3. Rachman, B. N., Mustika, I. G. dan Kusumawati, I. G. A. W., 2017. Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1): 9-16.
4. Supariasa, I. D. N., 2011. *Pendidikan & Konsultasi Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
5. Fadhilah, D., Hartini, T. N. S. dan Gunawan, I. M. A., 2017. Efektivitas Penyuluhan tentang Sayuran Menggunakan Media “Kartu Sayuran” terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Prodi D-IV Alih Jenjang Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
6. Santrock, J. W., 2011. *Masa Perkembangan Anak*. Edisi 11. Jakarta: Salemba Humanika.
7. Juwantara, Ridho Agung. 2019. Analisis Perkembangan Kognitif Piaget pada Tahap Anak Usia Operasional Konkret 7-12 Tahun dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*. Volume 9(1): 27-34.
8. Wulandari, A., Herawati dan Lestari, N. T., 2018. Pengaruh Penggunaan Kartu UNO sebagai Media Permainan tentang Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar di SDN Brosot dan SDN Prembulan Galur Kulon Progo. *Skripsi*. Prodi D-IV Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
9. Kurdanti, Weni., Tri Mei Khasana, dan Ana Sidik Fatimah. 2019. Pengaruh Media Promosi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. Volume 42(2) :61-70
10. Romadhoni, I., Hartini, T. N. S. dan Oktasari, R., 2018. Pengaruh Pemberian Media Buku Cerita Bergambar terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Prodi D-IV Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
11. Ramdaniati, Siti Nur. 2008. Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Ibu Rumah Tangga RW04 Kelurahan Manggarai Tahun 2008. *Skripsi*. Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
12. Sutriyanto, Kristyawan., Ardini S. Raksanagara., Merry Wijaya. 2016. *Pengaruh Permainan Kartu Kasugi terhadap Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa*. *Jurnal Sistem Kesehatan*. Volume 1(4)

13. Notoatmodjo, S., 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta.