

Meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak melalui kegiatan sosialisasi dengan media video animasi di SDN Jeru 01

Imam Wafi¹

¹Program Studi Manajemen, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: *imam.imamwafi13@gmail.com

Kata Kunci:

Pengetahuan; Makanan Sehat; Sosialisasi; Video Animasi; Anak SD

Keywords:

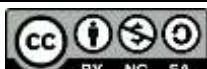
Knowledge; Healthy Food; Socialization; Animation Video; Elementary School Kids

ABSTRAK

Makanan sehat merupakan makanan yang mengandung nilai gizi seimbang yang dibutuhkan tubuh, seperti karbohidrat, protein dll. Namun saat ini banyak anak-anak yang kurang memperhatikan dan memilih makanan sehat dengan baik. Tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dasar tentang makanan sehat dan bergizi melalui sosialisasi makanan sehat gizi seimbang dengan media video animasi di SDN Jeru 01. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kuantitatif dengan pemberian pre test dan post test. Kegiatan ini sangat berhasil karena besarnya antusias anak menyimak dan bertanya ketika sosialisasi berlangsung dan dapat dilihat dari hasil data 58 anak yang telah dicantumkan penulis yakni sebelum dilakukan sosialisasi terdapat 31 anak (53,4%) memiliki pengetahuan cukup, dan setelah dilakukan sosialisasi terdapat 49 anak (84,5%) dengan pengetahuan baik. Dari sikap siswa tentang makanan sehat dan bergizi sebelum sosialisasi 33 anak (56,9%) memiliki sikap cukup, sedangkan setelah sosialisasi 52 anak (89,7%) dengan memiliki sikap baik. Media video animasi terbukti berikan pengaruh besar pada pemahaman anak SD.

ABSTRACT

Healthy food is food that contains balanced nutritional values that the body needs, such as carbohydrates, proteins, etc. However, nowadays many children pay less attention and choose healthy foods properly. The purpose of this study was to increase the knowledge of elementary school-age children about healthy and nutritious food through the socialization of balanced nutrition healthy food with animated video media at SDN Jeru 01. The method used in this study was a quantitative approach by giving pre-test and post-test. This activity was very successful because of the great enthusiasm of the children listening and asking questions when the socialization took place and it can be seen from the results of the data on 58 children that the author has included, namely before the socialization was carried out there were 31 children (53.4%) who had sufficient knowledge, and after the socialization there were 49 children (84.5%) with good knowledge. From students' attitudes about healthy and nutritious food before socialization, 33 children (56.9%) had an adequate attitude, while after socialization, 52 children (89.7%) had a good attitude. Animated video media is proven to have a big influence on elementary school children's understanding.



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](#) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pendahuluan

Untuk dapat hidup, manusia membutuhkan makanan selain air dan oksigen. Selain jumlah yang cukup, makanan yang dikonsumsi harus bernilai gizi tinggi, bersih dan aman. Makanan yang aman adalah makanan yang tidak mengandung komponen atau organisme berbahaya yang dapat menyebabkan keracunan atau penyakit. Namun kecukupan gizi tidak menjamin terbentuknya kehidupan keluarga yang sehat dan sejahtera, maupun masyarakat yang sehat.

Pengertian hidup sehat adalah pola makan, kebiasaan, pikiran, dan lingkungan yang sehat. Hal dalam arti sebenarnya dari kata tersebut adalah bahwa segala sesuatu yang kita lakukan mengarah pada hasil yang baik dan positif. Pola hidup sehat ialah hidup sehat secara fisik, psikis, lingkungan dan finansial, berkecukupan dan baik. Kesehatan adalah keadaan di mana tubuh kita juga bebas dari penyakit, keadaan mental, fisik dan kesejahteraan sosial dalam diri kita.

Menurut Nuraini (2007) makanan yang sehat adalah makanan yang mempunyai zat yang cukup dan seimbang, serta tidak mengandung unsur yang dapat membahayakan atau merusak kesehatan. Anda bisa mendapatkan makanan sehat dan bergizi dari berbagai jenis makanan. Makan makanan yang sehat dan bergizi untuk mendukung sistem kekebalan tubuh kita. Pangan sehat adalah pangan yang kandungan gizinya seimbang menurut anjuran diet, antara lain tidak memiliki zat yang tak berkaitan kedalam bahan-bahan tambahan yang dibolehkan. Anak kecil bisa mengetahui makanan yang mereka makan dari informasi yang ada di kemasan serta bisa mengidentifikasi makanan secara langsung dari makanan tanpa kemasan.

Pengetahuan anak tentang makan sehat berguna bagi anak untuk memilih makanan yang tepat dan menjaga kebiasaan makannya. Namun, pengetahuan umum anak masih lemah sehingga membuat anak sembarangan makan. Makanan yang tidak sehat bisa menjadi penyebab dari penyakit misalnya diare, muntah dan juga demam pada anak, kebiasaan memakan makanan yang tak sehat itu tidaklah bagus untuk perkembangan serta pertumbuhan pada anak. Dan pengetahuan terkait makanan yang sehat itu sangat berguna bagi anak untuk belajar tentang jenis-jenis makanan yang sehat. Serta pengetahuan terkait makanan yang sehat menjadi dasar seseorang untuk memilih makanan yang tepat, makan dengan baik, serta menjadi tidak mengalami bermacam penyakit yang disebabkan oleh pola makan yang tidak tepat (Novianti, 2018). Maka dari itu, pengetahuan terkait gizi sehat harus diperoleh sejak masih dini dengan melalui sosialisasi.

Konsep sosialisasi adalah suatu proses yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari gaya hidup, norma-norma sosial dan nilai-nilai yang terkait untuk berkembang menjadi individu yang dapat diterima secara sosial. Sosialisasi berfungsi sebagai alat untuk mengenal, mengakui serta menyesuaikan nilai-nilai internal, norma-norma dan struktur sosial suatu masyarakat agar dapat berperilaku tertib dan disiplin. Sosialisasi juga dapat diartikan sebagai proses interaksi dan pembelajaran yang dilakukan seseorang (individu) melalui pengetahuan tentang lingkungannya baik secara fisik maupun sosial. Sosialisasi sangat penting, karena dapat mempererat hubungan antar manusia, memperluas pengetahuan tentang masyarakat dan

membentuk kepribadian yang unik, menyesuaikan tingkah laku mereka dengan budaya masing-masing masyarakat, mengenal keberadaan mereka dalam masyarakat, menjadikan mereka anggota yang baik dan berharga. . masyarakat dalam masyarakat untuk membekali seseorang dengan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan dalam lingkungan publik dan untuk mengembangkan seseorang dengan siapa mereka dapat berkomunikasi secara efektif. Memperkenalkan makan sehat pada anak usia dini dapat dilakukan dengan berbagai cara yang menarik dan mengesankan bagi anak-anak, seperti dengan sosialisasi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kuantitatif dengan pemberian pre test dan post test. Untuk mengumpulkan informasi yang dilakukan dengan cara menyusun daftar pertanyaan yang diajukan kepada responden. Dalam hal ini untuk meneliti gejala suatu kelompok atau perilaku individ, penggalian data dapat melalui kuesioner (Sujarweni, 2015).

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Januari 2023 yang meliputi kegiatan sosialisasi meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak di Sekolah Dasar 01 Desa Jeru Kecamatan Turen. Dalam kegiatan ini target peserta adalah siswa SD Kelas 4 dan 5 yang penjaringannya dilakukan dengan berkoordinasi dengan pihak Sekolah. Penentuan siswa kelas 4 dan 5 yang menjadi target didasarkan pada tahap perkembangan anak. Anak kelas 4 dan 5 SD mayoritas berusia 9-10 tahun. Pada usia itu anak telah mulai memahami informasi yang diberikan serta dapat mengaplikasikannya. Mahasiswa KKN lalu berkoordinasi dengan pihak sekolah berkenaan dengan waktu pelaksanaan. Pemberian sosialisasi tentang makanan sehat dan bergizi dilakukan pada bulan Januari 2023.

Sebelum pemberian sosialisasi, siswa diberikan pre test dan post tes mengenai pengetahuan tentang makanan sehat dan bergizi yang terdiri dari 15 pertanyaan untuk pre tes. Penyampaian sosialisasi dilakukan dengan media PPT (powerpoint) serta tambahan video animasi yang diharapkan dapat membantu siswa siswi dapat memahami apa yang telah disampaikan dengan mudah. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan secara luring selama 60 menit bertempat di Kelas 4 & 5 SDN Jeru 01 dengan jumlah siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan ini sebanyak 58 siswa.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak usia sekolah dasar terkait makanan sehat dengan gizi seimbang melalui pemberian sosialisasi tentang makanan sehat dan bergizi menggunakan media video animasi. Salah satu sekolah dasar di desa Jeru sangat penting bagi kami. Di sekolah, banyak orang menjual makanan tidak sehat kepada anak sekolah. Makanan sehat sangat penting bagi anak-anak yang masih bersekolah. Pemberian pengetahuan terkait makanan sehat pada anak didik di usia dini bisa dilaksanakan melalui pendidikan gizi yang dilakukan di sekolah. Salah satu kegiatan dalam pembelajaran yang dapat dijadikan sebagai sarana guna memberi pengetahuan makanan sehat yaitu dengan kegiatan sosialisasi makanan sehat di SDN Jeru 01.

Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang makanan sehat di Sekolah Dasar Negeri Jeru 01 melalui kegiatan Sosialisasi makanan sehat dengan target utama yakni dari siswa siswi kelas 4 dan 5 SDN Jeru 01, dimana terdapat 30 anak kelas 4 dan 28 anak kelas 5. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dengan judul “Sosialisasi Makanan Sehat dan Bergizi” dilakukan pada hari Rabu, 11 Januari 2023 di SDN Jeru 01. Kegiatan ini dimulai pada pukul 09.30 WIB. Penyampaian materi edukasi tentang Makanan sehat dan bergizi, meliputi pengertian makanan sehat, pengertian tentang sarapan dan pentingnya sarapan, jenis-jenis makanan (makanan sehat dan makanan tidak sehat), dan cara penyeimbangan nutrisi dalam satu piring. Agar lebih menarik, penyampaian materi ini dibantu dengan penayangan PPT (powerpoint) yang bergambar dan *colorful* serta tambahan video animasi yang diharapkan dapat membantu siswa siswi dalam memahami apa yang disampaikan dengan lebih mudah.



Gambar 1. Sosialisasi Makanan Sehat dan Bergizi

Judul makanan sehat dan bergizi ini diambil mengingat pentingnya pengetahuan tentang makanan sehat dan bergizi terutama untuk anak-anak. Seperti yang dipaparkan oleh Santoso, dkk (2004) melalui pendidikan dan pemberian nutrisi yang sesuai, tumbuh kembang anak dapat dikatakan mencapai fase optimal. Pendidikan sendiri berperan sangat penting terhadap pengetahuan dan pemahaman anak.

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada saat pelaksanaan sosialisasi permasalahan yang menonjol adalah tentang tingkat pengetahuan anak akan makanan sehat, banyak anak yang belum dan kurang memahami tentang makanan sehat, makanan tidak sehat, efeknya pada tubuh, dan lain sebagainya. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan anak-anak tentang makanan sehat dan bergizi masih sangat minim dan perlu diperhatikan. Masalah ini tidak 100% karena diri mereka sendiri tetapi lebih banyak karena kurangnya edukasi dari guru maupun orang tua tentang pentingnya makanan sehat dan juga tentang bahayanya makanan yang tidak sehat.

Novianti (2018) mengatakan bahwa, makanan sehat adalah makanan yang didalamnya terkandung nutrisi dan zat yang cukup dan seimbang, selain itu makanan dapat digolongkan sebagai makanan sehat apabila didalamnya tidak mengandung

unsur-unsur yang dapat membahayakan atau bahkan merusak kesehatan. Sedangkan makanan tidak sehat menurut tim kesehatan makanan (2015) adalah berbagai jenis makanan yang didalamnya tidak mengandung gizi dan nutrisi yang seimbang, jenis makanan seperti ini tidak boleh dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan, karena makanan yang digolongkan tidak sehat biasanya mengandung sedikit sekali zat dan serat yang dibutuhkan untuk pertumbuhan anak. Selain terkait sehat tidaknya makanan, kekurangan makanan juga berbahaya untuk pertumbuhan anak-anak diusia seperti ini. Kekurangan makanan atau kurangnya kalori dalam tubuh dapat menyebabkan semangat menurun, kelaparan, hilangnya keceriaan, dan dapat menimbulkan banyak penyakit. Penyakit-penyakit yang seringnya muncul akibat kekurangan makanan seperti, busung lapar atau kwashiorkor (kurang protein), anemia (kurangnya zat besi), gondok (kurangnya zat mineral), beri-beri (kurangnya vitamin), rakhitis, dan masih lagi.

Pemberian sosialisasi untuk siswa-siswi SDN Jeru 01 ini dapat dikatakan berhasil karena besarnya antusias para siswa dalam menyimak dan menjawab pertanyaan yang dilontarkan dari kakak-kakak mahasiswa. Selain membahas mengenai makanan sehat dan bergizi bagi tubuh pada kegiatan sosialisasi ini kakak-kakak mahasiswa juga menyisipkan satu topik penting yang juga berhubungan tentang makanan sehat yakni tentang pentingnya sarapan. Banyak dari siswa-siswi yang tidak sempat atau bahkan tidak mau sarapan, banyak alasan yang mereka sebutkan mulai dari ibu yang tidak sempat membuat sarapan sampai siswa yang memang tidak ingin sarapan alasannya karena tidak terbiasa makan dipagi hari. Mindset seperti inilah yang salah, padahal sarapan memiliki banyak sekali manfaat bagi tubuh, mulai dari sebagai sumber energi untuk dapat memulai hari dengan semangat, menambah konsentrasi belajar, mencegah penyakit maag, sampai dapat mencegah kegemukan. Sayangnya masih banyak anak-anak yang belum mengetahui kehebatan dari sarapan.

Data dari Sosialisasi

Dari kegiatan sosialisasi ini didapatkan beberapa data hasil penelitian, yang menunjukkan tingkatan pengetahuan siswa-siswi SDN Jeru 01 sebelum dan sesudah di adakan sosialisasi dengan menggunakan video animasi yang diberikan secara menarik . Data hasil penelitian ini didapatkan dari pre test dan post test yang berlangsung pada saat sosialisasi. Data ditampilkan dalam bentuk tabel, sebagai berikut:

Tabel 1: Pengetahuan Sikap Siswa-Siswi SDN Jeru 01 tentang Pengetahuan Makanan Bergizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Diberikan Sosialisasi Dengan Media Video Animasi.

Variabel	Jumlah (n=58)	%
Pengetahuan Sebelum (Pre)		
- Baik	20	34,5%
- Cukup	31	53,4%

- Kurang	7	12,1%
Pengetahuan Sesudah (Post)		
- Baik	49	84,5 %
- Cukup	7	12,1 %
- Kurang	2	3,4 %
Sikap Sebelum (Pre)		
- Baik	21	36,2 %
- Cukup	33	56,9 %
- Kurang	4	6,9 %
Sikap Sesudah (Post)		
- Baik	52	89,7 %
- Cukup	5	8,6 %
- Kurang	1	1,7 %

Hasil tabel di atas menunjukkan tentang pengetahuan makan sehat dan bergizi serta sikap siswa-siswi SDN Jeru 01, kecamatan Turen sebelum dan setelah dilakukannya sosialisasi dengan menggunakan video animasi. Hasil yang didapat ialah adanya peningkatan pengetahuan siswa-siswi SDN Jeru 01 yaitu sebelum diberikan sosialisasi, terdapat 31 (53,4%) anak yang memiliki pengatahan yang cukup dan setelah diberikan sosialisasi terdapat 49 (84,5%) anak dengan pengetahuan yang baik. Dari sikap siswa-siswi SDN Jeru 01 tentang makanan sehat dan bergizi sebelum diberikan sosialisasi ialah 33 (56,9%) anak memiliki sikap yang cukup dalam pengetahuan makanan yang sehat dan bergizi, sedangkan setelah dilakukan sosialisasi pada siswa-siswi SDN Jeru 01 mengalami peningakatan yang signifikan yaitu 52 (89,7%) anak dengan sikap yang baik.

Pengetahuan siswa-siswi SDN Jeru 01 tentang makanan sehat dengan gizi yang seimbang saat pre test, yang memiliki prosentase paling tinggi pada tingkat cukup. Namun, setelah dilakukannya sosialisasi dengan menggunakan animasi, didapatkan siswa-siswi dengan prosentase paling tinggi terdapat pada pengetahuan yang baik. Dari hasil yang telah didapatkan di atas, bahwasanya salah satu faktor dari tinggi rendahnya pengetahuan siswa-siswi tentang makanan sehat dengan gizi yang seimbang ialah kurangnya pengetahuan dan sosialisasi tentang makanan sehat dengan gizi yang seimbang. Departemen Kesehatan RI (2003 dan 2005), mengeluarkan sebuah buku terkait Pedoman Gizi Seimbang, tetapi akibat dari kurangnya sosialisasi serta

publikasi berkaitan buku itu, ini menyebabkan masyarakat menjadi kurang mengetahui dan memahami tentang bagaimana pedoman gizi yang seimbang (Soekirman, 2011).

Hasil dari analisis yang dilakukan menyatakan bahwa terdapat pengaruh sosialisai menggunakan media animasi pada peningkatan pengetahuan serta sikap siswa dan siswi terkait makanan sehat dengan gizi yang seimbang. Hal ini pun sesuai pernyataan yang diungkapkan oleh WHO, bahwa pemakaian media pendidikan sangatlah menjadi penentu kesuksesan penyampaian pendidikan bidang kesehatan. (Mubarak dan Iqbal, W. 2007). Sedangkan Allport berpendapat suatu sikap yang membentuk seseorang di pengaruhi oleh berbagai sebab antara lain ialah komponen kognitif yang berkaitan dengan suatu kepercayaan serta pendapat ataupun sebuah pemikiran dari seseorang pada suatu objek. Oleh karena itu, sikap anak terkait pemilihan makanan sehat dengan gizi yang seimbang dipengaruhi oleh alat indra terhadap suatu objek atau gambar pada animasi yang dikenalkan dalam proses sosialisasi. (Notoadmodjo, S. 2010).

Pendidikan gizi sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap seorang anak, membentuk sikap positif terhadap makanan sehat dengan gizi yang seimbang yang dimakan setiap harinya kemudian menjadi pola makan yang baik bagi anak. Salah satu alasan yang paling penting yang dapat menjadi penyebab terjadinya kenaikan atau peningkatan terhadap pengetahuan ataupun sikap tentang makanan sehat dengan gizi yang seimbang ialah dengan menggunakan media pendidikan yang digunakan serta dengan cara penyampaian dan penjelasan materi yang menarik. Menurut Marisa dan Nuryanto (2014), media pendidikan berguna untuk mengerahkan indra sebanyak-banyaknya pada suatu objek sehingga memudahkan persepsi. Fungsi dari media pendidikan ialah menambah kepahaman serta mempermudah memahami tentang pengetahuan materi yang dirasa susah dipahami.

Media Video Animasi dalam Sosialisasi

Suatu konsep-konsep isi serta presentasi yang memikat dan juga menarik saat penyampaian pendidikan gizi bisa memberikan kemudahan bagi sasaran atau orang yang dituju dalam memperoleh pesan gizi (Wahyuningsih, et al., 2015). Berbagai sumber penelitian sebelumnya menjelaskan media gizi yang mana sangat sering digunakan didalam beberapa penelitian ialah seperti komik,video edukasi, puzzle gizi, ular tangga dan sebagainya. Pendidikan gizi melalui penggunaan media yang memikat serta menarik dan juga sesuai dengan karakter dari anak-anak adalah salah satu dari upaya yang bisa dilakukan guna menghasilkan peningkatan pengetahuan anak, terkhususnya terkait keamanan dari makanan berupa jajanan.

Di dalam penelitian ini, media yang digunakan ialah media video animasi. Video animasi adalah bagian dari media audiovisual yang menunjang serta menstimulasi indra mata dan telinga anak. Media video animasi dipilih lantaran sangat efektif didalam pembelajaran anak-anak. Media video animasi merupakan media untuk sosialisasi paling menarik dan dapat merangsang lebih banyak panca indra. Serta media audio visual merupakan media yang paling baik digunakan sebagai media sosialisasi dibandingkan dengan menggunakan modul(tertulis) dan tanpa intervensi. Sehingga menjadi pilihan terbaik dan lebih efektif karena lebih mudah memahami makna dari isi

pesan yang disampaikan dan dapat segera mempengaruhi anak untuk bersikap (Mardiana, et al., 2015).

Didukung juga oleh penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan skor pengetahuan gizi siswa yang diberi sosialisasi dengan metode ceramah dan sosialisasi dengan menggunakan media video animasi pada murid SD di Jakarta Timur (Amalia, 2008). Beberapa kelebihan dari media video animasi yaitu lebih menarik perhatian, memudahkan menyerap informasi karena mudah dipahami, dan diterima oleh penonton, menghemat waktu dan dapat diputar berulang-ulang, mudah untuk mengatur video secara teknis oleh narasumber dan operator (Asyhar, 2012). Dan juga kelebihan memakai media audio visual dalam memaparkan informasi ialah bisa menampilkan gambar dan juga suara. Media video animasi yang diberikan dalam sosialisasi dapat menstimulus lebih banyak panca indra yang digunakan seperti indra penglihatan dan pendengaran untuk ikut aktif didalam menangkap dan memahami informasi-informasi yang diberikan (Siwi, et al., 2014).

Selain itu media video animasi menampilkan gambar-gambar yang dapat bergerak serta menarik yang mana menstimulus anak untuk bebas berimajinasi dan juga menghasilkan atmosfer belajar menyenangkan. Atmosfer belajar yang menyenangkan serta menggembirakan dapat menumbuhkan perilaku positif pada anak didik akibatnya informasi yang diberi akan lebih mudah untuk ditangkap serta keinginan belajar anak didik pun bisa meningkat. Dan juga media ini itu selaras dengan tahap pertumbuhan kognitif anak didik di usia sekolah yang mana saat usia tersebut anak sedang dalam tahap operasional konkret yang artinya kegiatan anak difokuskan kepada objek peristiwa yang nyata maupun konkret (Siwi, et al., 2014).

Media video animasi itu sangatlah penting sebagai media karena mempunyai kemampuan untuk menampilkan sesuatu hal yang rumit ataupun kompleks dan sulit untuk dijelaskan dengan hanya berupa gambar dan kata-kata saja. Sehubungan dengan media video animasi, untuk digunakan sebagai media pembelajaran khususnya video bisa menambah daya tarik, serta motivasi murid saat mengikuti proses pembelajaran. Penyuluhan memberikan proses belajar mengajar pada anak didik dengan memakai semua alat inderanya serta memutar media video animasi sejumlah dua kali pemutaran (Lingga, 2015).

Dalam penelitian Rahmawati et al., (2007) mengatakan bahwa pengetahuan serta sikap dari anak naik secara drastis sesudah diberikan media audiovisual, hal ini dikarenakan pada media audiovisual anak dapat lebih mudah memahami karena melihat tontonan gambar-gambar. Pemakaian media video animasi sangatlah memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang terutama untuk anak sekolah, hal ini dikarenakan anak diusia sekolah adalah masa-masa yang paling optimal guna menanam prilaku yang baik kepada dirinya sehingga perilaku bisa diajarkan kepada anak diusia sekolah agar dapat menambah pengetahuan, sikap serta pendidikannya. Didalam hal ini, sikap dari siswa berkenaan dengan pemilihan makanan yang bergizi, beragam, aman, serta seimbang itu semua dipengaruhi oleh pengindraan pada gambar ataupun objek pada animasi yang sudah diberitahukan pada saat sosialisasi di SDN Jeru 01.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa hal yang dapat disimpulkan,diantaranya :

1. Penyampaian materi edukasi tentang Makanan sehat dan bergizi, meliputi pengertian makanan sehat, pengertian tentang sarapan dan pentingnya sarapan, jenis-jenis makanan (makanan sehat dan makanan tidak sehat), dan cara penyeimbangan nutrisi dalam satu piring.
2. Mengingat pentingnya pengetahuan tentang makanan sehat dan bergizi terutama untuk anak-anak.Sosialisasi ini juga dapat membantu dalam mengatasi masalah yang terjadi di SDN Jeru 01 mengenai tingkat pengetahuan anak mengenai makanan sehat dan banyaknya anak yang belum memahami tentang makanan sehat dan tidak sehat.
3. Pemberian sosialisasi untuk siswa-siswi SDN Jeru 01 ini dapat dikatakan berhasil karena dapat dilihat dari data yang telah dipaparkan, terjadi penambahan pengetahuan dan sikap kategori baik pada siswa terkait makanan sehat.

Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan menggunakan media video animasi. Hal ini menjadi faktor yang membuat siswa menjadi tertarik dan mudah memahami materi.

Daftar Pustaka

- Amalia, Nailul. 2008. Perbedaan Skor Pengetahuan Gizi antara Siswa yang Diberikan Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Siswa yang Diberikan penyuluhan Dengan Metode “Playing by Learning” Melalui Media “Seri Petualangan Dino dan Dina saatnya Sehat” di Sekolah Dasar Jakarta Timur Tahun 2008. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Andriyani, S., & Kurniasari, R. 2022. PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL (ANIMASI) TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR. PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 6(2), 1686-1690.
- Asyhar, R. (2012). Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran. Jakarta: Referensi. GP Press Group.
- Lingga, N. L. 2015. Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta.
- MARDIANA, M., Susanto, E., YUNIARTI, H., & ROSYADA, J. E. 2015. Penyuluhan Media Video Animasi Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang Pada Murid Sekolah Dasar. JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang), 10(1), 77-82.
- Marisa, M., & Nuryanto, N. (2014). Pengaruh pendidikan gizi melalui komik gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa SDN Bendungan di Semarang. Journal of Nutrition College, 3(4), 925-932.
- Mubarak dan Iqbal, W. 2007. Promosi Kesehatan: sebuah pengantar proses belajar mengajar dalam pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Notoadmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan, Teori dan Aplikasi nya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Novianti, Sri. 2018. *Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Pada Anak Melalui Kegiatan Cooking Di Tk TunasBangsa Balai Panjang Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota*. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Batu Sangkar.
- Rahmawati, I., Sudargo, T., & Paramastri, I. 2007. Pengaruh penyuluhan dengan media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu balita gizi kurang dan buruk di Kabupaten Kotawaringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal gizi klinik Indonesia*, 4(2), 69-77.
- Sakinah, A. D., Sania, A. R., Isdiany, N., & Rosmana, D. 2019. Penyuluhan Gizi Menggunakan Film Kartun Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(2), 111-117.
- Santoso, Soegeng & Lies Anne Ranti. 2004. *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Siwi, L., Yunitasari, E., & Krisnana, I. 2014. Meningkatkan perilaku konsumsi jajanan sehat pada anak sekolah melalui media audiovisual. *Jurnal gizi masyarakat*, 3(1).
- Sujarweni, V. Wiratna. 2015. *Metodologi Penelitian Bisnis Dan Ekonomi*, 33. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Soekirman. 2011. *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya Untuk Keluarga Dan Masyarakat*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Wahyuningsih, N. P., Nadhiroh, S. R., & Adriani, M. 2015. Media pendidikan gizi nutrition card berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan makanan jajanan anak sekolah dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 26-31.
- Widayati, D., Ishariani, L., & Rachmania, D. (2022, November). Pengenalan Makanan Sehat Gizi Seimbang dengan Pendekatan Game Edukasi Pada Anak Usia Sekolah. In Prosiding SPIKesNas: Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional (Vol. 1, No. 2, pp. 443-448).