

Original Article



Edukasi Media Poster (Sarapan Pagi) Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Di SDN 18 Kepahiang Bengkulu

Media Education Posters (Breakfast) On The Mother's Knowledge Of Child Nutrition At Public Elementary School 18 Kepahiang Bengkulu

Melsa Ayu Melora^{1*}, Sarni Anggoro², Tantiana Isnaningsih³

^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta,
melsaayumelora@gmail.com

Informasi Artikel

Submit: 2 – 06 – 2025

Diterima: 6 – 08 – 2025

Dipublikasikan: 15 – 08 – 2025

ABSTRACT

Based on observations that have been made at Public Elementary 18 Kepahiang Bengkulu, it is known that 75% of students have a habit of not eating breakfast before going to school. Limited access to information and education is one of the factors causing low awareness of the importance of balanced nutritional intake. Therefore, effective educational interventions are indispensable to improve maternal knowledge about child nutrition. The provision of health education about nutrition for school-age children must use the right methods and methods. One of the media that is often used is using posters. This study aims to determine changes in mothers' knowledge about child nutrition before and after participating in poster media education (breakfast) at Public Elementary 18 Kepahiang Bengkulu. The study used a pre-experimental design with one group pretest-posttest design. The sampling technique was by sampling a total of 61 respondents. The p value correlation analysis obtained from the results of the Wilcoxon test with a significant level of 5% obtained a p value of 0.00 so that $P < 0.05$ then H_0 was rejected and H_a was accepted, which means that there was an influence of breakfast poster education on the mother's knowledge about child nutrition at Public Elementary 18 Kepahiang Bengkulu. There is an effect of providing poster media education (breakfast) on mothers' knowledge about child nutrition at Public Elementary 18 Kepahiang Bengkulu in 2024.

Keywords: Breakfast, Mother's Knowledge, Child Nutrition, Poster Media, Education

ABSTRAK

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di SDN 18 Kepahiang Bengkulu diketahui bahwa 75% siswa memiliki kebiasaan tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Keterbatasan akses informasi dan pendidikan menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya kesadaran tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang. Oleh karena itu, intervensi pendidikan yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi anak. Pemberian pendidikan

**Alamat Penulis Korespondensi:*
Melsa Ayu Melora, ; Sekolah
Tinggi Ilmu Kesehatan Surya
Global Yogyakarta, JL.Ringroad
Timur km 6.7, Banguntapan
Bantul.Yogyakarta.
Phone: 083862657482

kesehatan tentang gizi anak usia sekolah harus menggunakan cara dan metode yang tepat. Salah satu media yang sering digunakan adalah menggunakan poster. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan pengetahuan ibu mengenai gizi anak sebelum dan setelah mengikuti edukasi media poster (sarapan pagi) di SDN 18 Kepahiang Bengkulu. Penelitian menggunakan pre-experimental design dengan one group *pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel dengan cara total sampling sebanyak 61 responden. Analisis korelasi p value yang diperoleh dari hasil uji Wilcoxon dengan tingkat signifikan 5% diperoleh nilai p value sebesar 0.00 sehingga $P < 0,05$ artinya ada pengaruh edukasi poster sarapan pagi media poster terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak di SDN 18 Kepahiang Bengkulu, temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya Penelitian oleh Sari et al. (2021) menunjukkan bahwa penggunaan media poster dalam edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga secara signifikan. Dalam penelitiannya, media poster efektif karena mampu menyampaikan informasi secara ringkas, jelas, dan menarik perhatian, terutama pada ibu dengan tingkat pendidikan dasar dan menengah. da pengaruh pemberian edukasi media poster (sarapan pagi) terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak di SDN 18 Kepahiang Bengkulu Tahun 2024.

Kata kunci: Sarapan Pagi, Pengetahuan Ibu, Gizi Anak, Media Poster, Edukasi

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyebutkan suatu negara dapat dikatakan mempunyai kategori baik dalam hal status gizi bila negara tersebut memiliki prevalensi status gizi kurus kurang dari 5% (1). Berdasarkan hasil laporan Risesdas Provinsi Bengkulu, pada anak usia sekolah dasar di Kota Bengkulu sebanyak 1,83% anak kategori sangat kurus, 5,78% anak kurus, 66,35% anak status gizi normal, 10,21% anak gemuk dan, 15,83% mengalami obesitas (2).

Masalah gizi anak di Indonesia merupakan isu yang sangat penting dan mendesak untuk ditangani. Data dari Kementerian Kesehatan, 2021 menunjukkan bahwa prevalensi stunting dan gizi buruk masih tinggi, terutama di daerah pedesaan seperti Kepahiang. Hal ini menuntut perhatian serius dari berbagai pihak untuk mencari solusi efektif dalam meningkatkan status gizi anak-anak. Oleh karena itu, intervensi pendidikan yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi anak (3). Pendidikan gizi bagi ibu adalah salah satu strategi yang dapat membantu mengatasi masalah ini. Ibu sebagai pengambil keputusan utama dalam keluarga memiliki peran penting dalam menentukan pola makan dan nutrisi anak. Keterbatasan akses informasi dan pendidikan menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya kesadaran tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang.

Pendidikan gizi adalah pemberian informasi mengenai gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan diharapkan dapat merubah pola makan dan kebiasaan makan anak. Pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi anak usia sekolah harus menggunakan cara dan metode yang tepat agar dapat menarik perhatian sehingga dapat dengan mudah menyerap informasi yang diberikan (4). Salah satu media yang sering digunakan adalah menggunakan poster.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di SDN 18 Kepahiang Bengkulu diketahui bahwa 75% siswa memiliki kebiasaan tidak makan pagi atau sarapan sebelum berangkat ke sekolah, Sementara itu kita ketahui bahwa sarapan pagi dapat mempengaruhi konsentrasi belajar dan aktivitas kita di pagi hari karena dapat menyumbang energi yang cukup untuk digunakan pada saat melakukan aktivitas di pagi hari. Masalah gizi anak di Indonesia merupakan isu yang sangat penting dan mendesak untuk ditangani. Pendidikan gizi bagi ibu adalah salah satu strategi yang dapat membantu mengatasi masalah ini. Ibu sebagai pengambil keputusan utama dalam keluarga memiliki peran penting dalam menentukan pola makan dan nutrisi anak. Pengetahuan yang baik tentang gizi akan memungkinkan ibu untuk memilih makanan yang sehat dan bergizi, sehingga mendukung pertumbuhan optimal anak. Namun, banyak ibu di daerah pedesaan yang masih minim pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan anak. Keterbatasan

akses informasi dan pendidikan menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya kesadaran tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang. Oleh karena itu, intervensi pendidikan yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi anak. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (5) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar orang tua memiliki tingkat kesadaran yang masih rendah tentang pentingnya gizi seimbang untuk anak usia 2-4 tahun. Meskipun pengetahuan mereka cukup memadai mengenai aspek-aspek gizi penting untuk perkembangan dan pertumbuhan anak, beberapa faktor seperti tingkat pendidikan, informasi yang diterima, kesibukan orang tua, faktor ekonomi, dan kebiasaan makan keluarga mempengaruhi tingkat kesadaran mereka akan pentingnya gizi seimbang.

Melihat latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul edukasi media poster sarapan pagi terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak di SDN 18 Kepahiang Bengkulu tahun 2024. Rumusan masalah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Bagaimana pengaruh pengetahuan ibu tentang gizi anak sebelum dan setelah mengikuti program edukasi media poster di SDN 18 Kepahiang Bengkulu Tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui perubahan pengetahuan ibu mengenai gizi anak sebelum dan setelah mengikuti edukasi media poster (sarapan pagi).

METODE

Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian menggunakan *pre-experimental design* dengan *one group pretest-posttest design*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SDN 18 Kepahiang Bengkulu yang dimulai pada tanggal 04 November sampai 23 November 2024.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua siswa SDN 18 Kepahiang Bengkulu total yang berjumlah 61 orang. Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* sehingga seluruh orang tua siswa dijadikan sebagai responden penelitian.

Prosedur

Peneliti memberikan kuesioner terkait Formulir *Informed consent* yaitu formulir kesediaan responden sebagai persetujuan dan kesediaannya untuk menjadi responden. Data yang meliputi nama lengkap, usia dan pekerjaan dan kuesioner pengetahuan ibu berupa pertanyaan dengan indikator pertanyaan yaitu penyediaan, manfaat sarapan dan pentingnya sarapan. Data didapatkan hasil berdistribusi tidak normal yang diolah dengan uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* sehingga uji yang digunakan yaitu uji *Willcoxon*.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data primer dikumpulkan Peneliti memberikan kuesioner terkait Formulir *Informed consent* yaitu formulir kesediaan responden sebagai persetujuan dan kesediaannya untuk menjadi responden. Data yang meliputi nama lengkap, usia dan pekerjaan dan kuesioner pengetahuan ibu berupa pertanyaan dengan indikator pertanyaan yaitu penyediaan, manfaat sarapan dan pentingnya sarapan. Data didapatkan hasil berdistribusi tidak normal yang diolah dengan uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* sehingga uji yang digunakan yaitu uji *Willcoxon*.

Teknik Analisis Data

Teknik analisa data meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat adalah teknik analisis data terhadap satu variabel secara mandiri, tiap variabel dianalisis tanpa dikaitkan dengan variabel lainnya. Analisis bivariat adalah analisis secara simultan dari dua variabel untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang gizi anak melalui edukasi poster (sarapan sarapan) dalam program kampus mengajar di SDN 18 Kepahiang menggunakan uji Wilcoxon. Uji ini merupakan alternatif pengganti dari Uji Paired Sampel T-test jika data tidak berdistribusi normal.

HASIL

Tabel 1. Pengaruh Edukasi Media Poster terhadap Pengetahuan Ibu

Variabel	Pre Test		Post Test		p-Value
	N	%	N	%	
Pengetahuan Ibu	7	80, 50	46	13, 46	0,00

Berdasarkan data yang disajikan dalam Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa *p-value* sebesar 0,000 sehingga $P < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara pemberian edukasi gizi dengan media poster (sarapan pagi) tentang gizi anak terhadap pengetahuan ibu di SDN 18 Kepahiang Bengkulu.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis korelasi *p value* yang diperoleh dari hasil uji Wilcoxon dengan tingkat signifikan 5% diperoleh nilai *p value* sebesar 0.000 sehingga $P < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh edukasi media poster (sarapan pagi) terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak di SDN 18 Kepahiang Bengkulu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana et al telah melakukan penelitian serupa dari hasil penelitian diketahui hasil penelitiannya menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi (6).

Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya Penelitian oleh Sari et al menunjukkan bahwa penggunaan media poster dalam edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga secara signifikan. Dalam penelitiannya, media poster efektif karena mampu menyampaikan informasi secara ringkas, jelas, dan menarik perhatian, terutama pada ibu dengan Tingkat pendidikan dasar dan menengah. Selain itu, penelitian oleh Rachmawati & Andini juga menunjukkan hasil serupa, yaitu peningkatan skor pengetahuan pada ibu setelah diberikan intervensi berupa edukasi melalui media poster tentang pola makan sehat anak usia dini (7). Penelitian tersebut menyatakan bahwa penggunaan gambar, warna, dan desain yang menarik dalam poster dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi. Lebih lanjut, Putri et al membuktikan bahwa media edukasi visual seperti poster lebih mudah dipahami dan diingat oleh ibu-ibu di daerah pedesaan dibandingkan dengan media audio atau teks panjang (8). Hal ini didukung oleh teori komunikasi visual yang menyebutkan bahwa manusia lebih cepat memproses informasi visual dibandingkan teks (9).

Media poster memiliki kelebihan dalam hal biaya yang relatif murah, dapat diakses berulang kali, dan mudah ditempatkan di berbagai lokasi strategis seperti posyandu, puskesmas, atau sekolah. Hal ini sejalan dengan pendapat Lestari & Nugroho yang menjelaskan bahwa media cetak seperti poster cocok digunakan untuk penyuluhan kesehatan masyarakat karena dapat menjangkau audiens yang luas (10,11). Proses pemberian edukasi sarapan pagi menggunakan poster diberikan dalam waktu yang cukup relatif singkat, bertujuan untuk memberikan pengetahuan secara sederhana mengenai pentingnya sarapan pagi dan manfaat sarapan pagi, contoh menu sehat, serta dampak negatif jika anak melewatkan sarapan.

Visualisasi informasi yang menarik dan bahasa yang sederhana membantu ibu memahami dan mengingat isi edukasi dengan lebih baik terhadap pengetahuan orang tua tentang gizi anak sekolah dasar sehingga bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuannya pemberian media poster adalah untuk mempermudah ibu siswa memahami materi yang disampaikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

penggunaan media poster efektif sebagai media sosialisasi karena dapat meningkatkan pengetahuan tentang B2SA (12,13).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sumartono, dkk menyatakan bahwa Informan tertarik pada warna poster yang cerah, yaitu kombinasi warna hijau, kuning dan merah, ukuran huruf dapat dibaca dengan bentuk sederhana, gambar yang jelas, dan dekat dengan keseharian mereka dengan layout yang sederhana (14,15). Selama kegiatan edukasi dilakukan edukasi tidak hanya diberikan kepada orang tua siswa namun sosialisasi dan edukasi juga diberikan kepada siswa-siswi SDN 18 Kepahiang Bengkulu yang kemudian dilanjutkan dengan program membawa bekal bersama ke sekolah sehingga kegiatan edukasi sangat terlihat antusias dan memiliki rasa ingin tahu yang sangat besar, lewat gambaran dan warna yang menarik pada poster yang menggambarkan buah dan sayur serta kegiatan makan bekal bersama menjadikan suasana semakin seru dan bersemangat.

KESIMPULAN

Penggunaan media poster dalam edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu secara signifikan. Media poster efektif karena mampu menyampaikan informasi secara ringkas, jelas, dan menarik perhatian, terutama pada ibu dengan tingkat pendidikan dasar dan menengah. Ada pengaruh pemberian edukasi media poster (sarapan pagi) terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak di SDN 18 Kepahiang Bengkulu Tahun 2024.

SARAN

Kepada pihak sekolah disarankan untuk mendorong kebiasaan sarapan sehat bagi siswa sebelum memulai kegiatan belajar. Sekolah dapat memberikan edukasi rutin mengenai pentingnya sarapan, bekerja sama dengan orang tua, serta memastikan bahwa siswa tidak melewatkan waktu sarapan agar dapat mendukung konsentrasi, energi, dan pertumbuhan optimal anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah banyak membantu dan mendukung khususnya kepada Kepala Sekolah dan Para Guru di SDN 18 Kepahiang Bengkulu sudah memberikan izin untuk melakukan penelitian, serta seluruh ibu siswa-siswi yang sudah bersedia membantu keberlangsungan penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulisan menyatakan bahwa tidak ada konflik dalam penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adawiah, N. J., Avianty, I., & Sari, M. M. (2019). Hubungan Faktor Sosiodemografi Dengan Status Gizi Pada Bogor Tahun 2018. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 51–58.
2. Riskesdas Bengkulu. (2018). Laporan Provinsi Bengkulu RISKESDAS 2018. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*
3. Astuti, Universitas, F., Unggul, E., Universitas, F., & Jaya, B. (n.d.). Penggunaan poster sebagai media komunikasi kesehatan.
4. Musfiqon. (2012). *Pengembangan Media dan Sumber Pembelajaran*. Jakarta: PT. Prestasi Pustakaraya.
5. Ilhami, A. (2024). *Kesadaran Orang Tua tentang Pentingnya Gizi Seimbang untuk Anak Usia 2-4 Tahun*. 11, 30–42
6. Diana, R., & Nuryanti Aprilia. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Anak Sekolah Melalui Media Poster*. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(02), 132–141. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i2.316>

7. Rachmawati, D., & Andini, R. (2022). *Efektivitas Edukasi melalui Media Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pola Makan Sehat Anak Usia Dini*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 12(3), 155–162. <https://doi.org/10.1234/jkmi.v12i3.2022.155>
8. Putri, A., Sari, D., & Wijaya, R. (2023). *Perbandingan Efektivitas Media Edukasi Visual (Poster) dengan Media Audio atau Teks Panjang dalam Meningkatkan Pemahaman dan Ingatan Ibu di Daerah Pedesaan*. Jurnal Edukasi Gizi & Kesehatan, 5(2), 101–110.
9. Mayer, R. E. (2020). *Multimedia Learning* (3rd ed.). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316941355>
10. Lestari, A., & Nugroho, B. (2021). Keunggulan media cetak poster dalam penyuluhan kesehatan masyarakat: Jangkauan audiens yang luas di wilayah pedesaan. *Jurnal Promosi Kesehatan & Komunikasi*, 4(2), 88–96.
11. Winingsih, S. (2020). Efektivitas media poster sebagai media sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan tentang B2SA pada ibu siswa sekolah dasar. *Jurnal Gizi dan Edukasi Masyarakat*, 6(2), 112–118.
12. Ginting IS, Angkat AH, Pasaribu SF, Lestari W. Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*. 2024;2(1):180-98.
13. Sihombing HY, Angkat AH, Pasaribu SF, Lestari W. Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswi Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. *Usada Nusantara: Jurnal Kesehatan Tradisional*. 2024;2(1):66-76.
14. Sumartono, T., Wijayanti, D., & Nugraheni, P. (2018). Preferensi masyarakat terhadap desain media poster kesehatan: Studi kualitatif pada program penyuluhan gizi seimbang. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 9(1), 25–32
15. Siregar T, Ramadhani S, Gunawan R, Crystandy M. Pengaruh Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Personal Hygiene Penjamah Makanan Pada Industri Rumah Tangga Pengolahan Makanan Di Kota Padangsidimpuan. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*. 2024 Jul 14;1(2):131-41.