

ABSTRAK

EDUKASI GIZI MELALUI AUDIOVISUAL (VIDIO) UNTUK MENINGKATKAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK SD DI KAB.PROBOLINGGO

Oleh : Siti Nur Halisah

Konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah masih tergolong rendah dan menjadi salah satu permasalahan gizi yang dapat memengaruhi pertumbuhan, perkembangan, serta status kesehatan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi melalui media audiovisual terhadap konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN Tongas Kulon. Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Populasi penelitian berjumlah 138 siswa, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan responden penelitian. Data dikumpulkan menggunakan formulir kuesioner FFQ dan dianalisis untuk melihat perbandingan antara dari hasil pre-test dan post-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi gizi, sebagian besar responden berada pada kategori tidak beragam yaitu 66 responden (47,8%) dan kategori beragam yaitu 71 responden (52,2%). Sedangkan setelah dilakukan intervensi didapatkan dalam kategori beragam yaitu 85 responden (61,1%) dan kategori tidak beragam 53 responden (38,4%). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan konsumsi buah dan sayur setelah pemberian edukasi gizi melalui media audiovisual. Edukasi gizi melalui media audiovisual efektif meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar karena mampu meningkatkan pemahaman dan ketertarikan siswa terhadap pentingnya pola makan sehat.

Kata kunci: edukasi gizi, audiovisual, buah dan sayur, anak sekolah dasar.

ABSTRACT

NUTRITION EDUCATION THROUGH AUDIO-VISUAL (VIDEO) TO INCREASE FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION AMONG ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN IN PROBOLINGGO

By: Siti Nur Halisah

Fruit and vegetable consumption among school-aged children remains low, representing a nutritional issue that can affect their growth, development, and health status. This study aimed to analyze the impact of nutrition education delivered via audiovisual media on the fruit and vegetable consumption of students at SDN Tongas Kulon. A pre-experimental design—specifically a one-group pretest-posttest design—was employed. The study population consisted of 138 students; total sampling was used, meaning the entire population served as the study respondents. Data were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and analyzed to compare pre-test and post-test results. The findings revealed that prior to the nutrition education intervention, the majority of respondents fell into the "non-diverse" consumption category (66 respondents or 47.8%), while 71 respondents (52.2%) fell into the "diverse" category. Following the intervention, 85 respondents (61.1%) were in the "diverse" category, and 53 respondents (38.4%) were in the "non-diverse" category. These results indicate an increase in fruit and vegetable consumption following the provision of nutrition education via audiovisual media. Nutrition education using audiovisual media is effective in increasing fruit and vegetable consumption among elementary school children, as it enhances students' understanding of and interest in the importance of a healthy diet.

BINA SEHAT PPNI

Keywords: *nutrition education, audiovisual media, fruits and vegetables, elementary school children.*