

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET
KEMENKES TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP,
PERILAKU KONSUMSI SAYUR DAN BUAH
SISWA SMPN 34 PADANG**

KARYA TULIS ILMIAH

*Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan
Program Studi DIII Gizi*



Oleh:

ERRA YANTIRA PUTRI

NIM : 2000232004

**PROGRAM STUDI DIPLOMA-III GIZI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA
PADANG
2023**

UNIVERSITY OF PERINTIS INDONESIA
MAJORING IN D III NUTRITION

Scientific Paper, September 2023

Erra Yantira Putri

Effect of Nutrition Education Using Leaflet Media Ministry of Health on Knowledge, Attitude, Vegetable and Fruit Consumption Behavior of Students of SMPN 34 Padang

ABSTRACT

Lifestyle in adolescents greatly affects the lack of consumption of vegetables and fruits because adolescents tend to be influenced by the surrounding environment such as consuming fast food and foods with excess fat, sugar, and salt which will cause health problems. The purpose of the study was to determine the effect of nutrition education using leaflet media kemenkes on knowledge, attitudes, behavior of vegetable and fruit consumption.

The type of research is quasi experiment using pre and post test design with control group. The study was conducted in July-August 2023, the total population was 222 people and the subjects were 40 people. Subjects were obtained using the Simple Random Sampling technique. Data analysis using non-parametric statistical tests (mann-whitney test and wilcoxon test).

The results of the intervention group study knowledge before education averaged (7.0) and SD (0.973), after education averaged (8.75) and SD (0.789). Attitudes before education averaged (8.85) and SD (1.899), after education averaged (9.75) and SD (0.639). Vegetable and fruit consumption behavior before education averaged (63.40) and SD (68.442), after education averaged (93.95) and SD (69.258). The results of the Wilcoxon test showed that there was a significant difference in the knowledge intervention group before and after education ($P = 0.001$) and there was no significant difference in attitudes and behavior of vegetable and fruit consumption before and after education ($P = 0.056$ and $P = 0.086$). The results of the mann whitney test in the control and intervention groups had a significant effect on knowledge and attitudes ($P = 0.000$ and $P = 0.013$) and there was no significant effect on vegetable and fruit consumption behavior ($P = 0.756$ and $P = 0.317$).

Nutrition education with leaflet media kemenkes improve knowledge and attitudes although the increase in vegetable and fruit consumption is not statistically significant.

Reading List: 77 (2010-2023)

Keywords: Vegetable and fruit consumption, adolescents, knowledge, attitude, behavior, education, leaflet

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecepatan pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja adalah proses tercepat kedua setelah masa pertumbuhan dan perkembangan bayi. Oleh karena itu, asupan gizi yang optimal sangat diperlukan untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang normal pada remaja yang akan berdampak pada masa sekarang maupun masa yang akan datang (Herman et al, 2020).

Sayur dan buah adalah bahan pangan yang mengandung vitamin dan mineral. Pada pedoman gizi seimbang terdapat beberapa pesan penting yaitu adalah konsumsi sayur dan buah agar menjalani pola hidup sehat. Apabila seseorang kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan resiko penyakit tidak menular (Silvani and Kurniasari, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), konsumsi sayur dan buah untuk remaja sebanyak 400-600 gram per hari. Sementara, menurut Pedoman Gizi Seimbang di Indonesia, konsumsi sayur dan buah yang dianjurkan masing-masing sebesar 2-3 porsi 150 gram buah dan 3-5 porsi 250 gram sayur (Azhari dan Fayasari, 2020).

Hasil data Riskesdas (2018), secara nasional prevalensi < 5 porsi konsumsi sayur dan buah pada anak usia > 5 tahun adalah 95,5% naik 2% dari data Riskesdas 2013. Prevalensi tertinggi < 5 porsi konsumsi sayur dan buah tertinggi di Papua Barat (89.7%) diikuti yang kedua Daerah Istimewa Yogyakarta dan urutan ketiga Kepulauan Riau.

Berdasarkan data Riskesdas (2018) di Sumatera Barat, masyarakat yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 19,4 %. Pada penduduk kota Padang yang tidak

konsumsi sayur dan buah sebanyak 13,79 % dan remaja usia 10 – 14 tahun yang tidak mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 23,42 %.

Masa remaja adalah masa pergantian dari masa kanak-kanak sehingga terjadi perubahan pada fisik dan hormonal. Kebutuhan gizi pada masa pertumbuhan sangat dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang dan fisik serta gaya hidup remaja. Gaya hidup pada remaja sangat mempengaruhi terhadap kurangnya konsumsi sayur dan buah karena usia remaja cenderung lebih terpengaruh lingkungan sekitar seperti mengkonsumsi makanan siap saji dan makanan yang lemak, gula, dan garam berlebih (Silvani and Kurniasari, 2022).

Rendahnya kesadaran untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan memberikan dampak yang tidak langsung dan tidak dirasakan dalam waktu cepat. Karena kurangnya konsumsi sayur dan buah menyebabkan banyak penyebab kematian di dunia. Ada 10 faktor yang mengakibatkan masalah kesehatan serius, salah satunya adalah rendahnya konsumsi sayur dan buah (Mashar, 2021).

Pendidikan gizi merupakan suatu upaya untuk mengadakan perubahan pengetahuan, sikap maupun keterampilan atau praktek dalam hal konsumsi makanan. Pendidikan gizi sangat penting karena meskipun daya beli masyarakat tinggi dan pangan tersedia namun apabila pengetahuan gizi masyarakat kurang baik maka masyarakat tidak dapat memenuhi kebutuhan zat gizi. Proses edukasi gizi tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan edukasi tersebut. Pemilihan leaflet sebagai media edukasi karena media tersebut bersifat visual (Herman et al, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Herman et al, 2020) tentang “pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMA Negeri 10 Makassar” diketahui bahwa Edukasi gizi menggunakan

leaflet Kemenkes ternyata mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan pola konsumsi sayur dan buah siswa dengan peningkatan pengetahuan sebesar 10,8%, sikap sebesar 1,2%, konsumsi sayur sebesar 6,3%, dan konsumsi buah sebesar 10,7%, meskipun tidak meningkat secara signifikan.

Hasil penelitian (Lillah dan Kusuma, 2022) tentang “pemberian edukasi gizi media visual *fruitable card* dan leaflet terhadap konsumsi sayur dan buah anak usia prasekolah” diketahui bahwa terjadi perbedaan bermakna antara nilai pre-test dan post-test konsumsi sayur dan buah pada perlakuan media *fruitable card* dan leaflet dengan nilai ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil survey awal dengan wawancara menggunakan formulir *Semi Quantitative Food Frequency Questionary* di SMPN 34 Padang terhadap 30 siswa. Didapatkan bahwa konsumsi sayur dan buah pada 30 siswa di SMPN 34 Padang tidak mencukupi angka kecukupan konsumsi sayur dan buah yang dianjurkan yaitu pada sayur 250 gram perhari dan buah 150 gram perhari (kemenkes, 2014). Sedangkan rata-rata konsumsi buah pada 30 siswa di SMPN 34 Padang yang tertinggi adalah 5,93 gram dan terendah 0,33 gram perhari dan untuk konsumsi sayuran yang tertinggi adalah 4,03 gram perhari dan yang terendah 0,17 gram perhari.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang **“Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Leaflet Kemenkes Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SMPN 34 Padang”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian adalah Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Leaflet Kemenkes Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SMPN 34 Padang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Leaflet Kemenkes Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SMPN 34 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui gambaran pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
2. Diketahui gambaran sikap siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
3. Diketahui gambaran perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
4. Diketahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
5. Diketahui perbedaan sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
6. Diketahui perbedaan perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.
7. Diketahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.

8. Diketahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023
9. Diketahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMPN 34 Padang tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan pemahaman pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi sayur dan buah siswa SMPN 34 Padang.

1.4.2 Bagi Pelajar

Agar pelajar mendapatkan informasi mengenai pengaruh edukasi gizi menggunakan media leaflet kemenkes terhadap pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi sayur dan buah.

1.4.3 Bagi Sekolah

Diharapkan menjadi sumber acuan dalam menerapkan konsumsi sayur dan buah pada remaja, sehingga bisa dijadikan pedoman dalam kebijakan penanggulangan kurangnya konsumsi sayur dan buah pada remaja.

1.4.5 Bagi Profesi Gizi

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi pertimbangan dalam menyusun penyuluhan dan promosi gizi dan kesehatan dalam meningkatkan konsumsi sayur dan buah.

1.5 Ruang Lingkup penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa SMPN 34 Padang kelas VII untuk melihat pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet kemenkes terhadap pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi sayur dan buah.

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan memberikan edukasi gizi melalui media leaflet kemenkes pada siswa SMPN 34 Padang dari 40 responden yang terbagi menjadi 2 yaitu 20 responden sebagai kelompok intervensi dan 20 responden sebagai kelompok kontrol, pada penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol yaitu pengetahuan pada kelompok intervensi dari kategori baik sebelum edukasi gizi adalah 4 orang (20%) menjadi 16 (80%) orang sesudah edukasi gizi dan pada kelompok kontrol dari kategori baik sebelum edukasi gizi adalah 0 orang (0%) menjadi 4 orang (20%) sesudah edukasi gizi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ladiba (2021) tentang pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa sesudah dilakukan edukasi gizi. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra, 2016 tentang pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap perubahan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP Al Chasanah yang menunjukkan tidak ada peningkatan pengetahuan siswa sesudah dilakukan edukasi gizi.

Menurut Putri (2021), pengetahuan seseorang akan suatu objek memiliki aspek positif dan negatif. Aspek-aspek tersebut yang nantinya sebagai penentu seseorang dalam bersikap. Makin banyak aspek positif yang telah diketahui maka akan menimbulkan sikap positif seseorang padahal tersebut.

Menurut asumsi peneliti, terjadi peningkatan pengetahuan siswa karena memiliki aspek positif dan negatif. Pada saat memberikan edukasi gizi siswa memiliki sikap yang positif sehingga bisa meningkatkan pengetahuan yang didapatkan oleh siswa sesudah edukasi gizi.

5.2 Gambaran Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan memberikan edukasi gizi melalui media leaflet kemenkes pada siswa SMPN 34 Padang dari 40 responden yang terbagi menjadi 2 yaitu 20 responden sebagai kelompok intervensi dan 20 responden sebagai kelompok kontrol, pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terjadi peningkatan sikap sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol yaitu sikap pada kelompok intervensi dari kategori baik sebelum edukasi gizi yaitu 17 orang (80%) menjadi yaitu 17 orang (65%) sesudah edukasi gizi dan pada kelompok kontrol dari kategori baik sebelum edukasi gizi adalah 13 orang (65%) menjadi yaitu 13 orang (65%) sesudah edukasi gizi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriani (2019) tentang perbedaan edukasi/penyuluhan dengan penggunaan media terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP di pekanbaru yang menyatakan bahwa tidak terdapat peningkatan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Dakhi, 2018 tentang pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media leaflet tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik ibu murid SDN 105349 Paluh Kemiri dalam menyediakan buah dan sayur untuk keluarga dimana ada peningkatan sikap tentang sayur dan buah setelah diberikan pendidikan gizi melalui media leaflet.

Menurut Herman (2020), sikap pada kenyataannya dapat memperlihatkan bentuk penyesuaian respon terhadap suatu stimulus tertentu yang berkaitan dengan kehidupan keseharian yang dapat diartikan sebagai reaksi yang bersifat emosional.

Menurut asumsi peneliti, tidak terdapat perbedaan yang signifikan sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi karena seperti yang dikemukakan Herman bahwa sikap adalah reaksi yang bersifat emosional sehingga meskipun telah diberikan edukasi gizi pada siswa menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan karena reaksi emosional tiap siswa tentang konsumsi sayur dan buah berbeda-beda.

5.3 Gambaran Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan memberikan edukasi gizi melalui media leaflet kemenkes pada siswa SMPN 34 Padang dari 40 responden yang terbagi menjadi 2 yaitu 20 responden sebagai kelompok intervensi dan 20 responden sebagai kelompok kontrol, pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terjadi peningkatan konsumsi sayur dan buah pada siswa. Pada konsumsi sayur kelompok intervensi sebelum edukasi adalah kategori kurang yaitu 19 orang (95%) menjadi tetap kategori kurang yaitu 19 orang (95%) sesudah edukasi dan pada kelompok kontrol sebelum edukasi adalah kategori kurang yaitu 19 orang (95%) kategori kurang yaitu 20 orang (100%) sesudah edukasi gizi. Pada konsumsi buah pada kelompok intervensi sebelum edukasi adalah kategori kurang yaitu 13 orang (65%) menjadi kategori kurang yaitu 17 orang (85%) sesudah edukasi gizi dan pada kelompok kontrol sebelum edukasi adalah kategori kurang yaitu 10 orang (50%) menjadi kategori kurang yaitu 13 orang (65%) sesudah edukasi gizi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Siska (2020) penggunaan media cakram gizi terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah remaja yang menunjukkan bahwa tidak ada

peningkatan konsumsi sayur dan buah. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Sochibahariani (2022) tentang pengaruh pendidikan gizi terhadap perubahan konsumsi buah dan sayur pada remaja putri di SDN Toto sari, Tunggulsari I dan II Surakarta juga menghasilkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi.

Menurut Salsabila (2019), peningkatan sayur dan buah pada anak memerlukan banyak faktor disamping hanya memberikan pengetahuan mengenai jumlah pentingnya konsumsi sayur dan buah, untuk konsumsi sayur dan buah diperlukan peranan lingkungan terdekat seperti orangtua dan guru disekolah.

Menurut asumsi peneliti, tidak terjadi peningkatan konsumsi sayur dan buah karena kurangnya minat konsumsi sayur dan buah pada siswa dan rata-rata sebagian siswa lebih suka mengkonsumsi buah. Digunakannya media leaflet agar bisa dibaca dan dilihat kembali oleh siswa dan orang tua dirumah, sehingga bisa meningkatkan perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa.

5.4 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa hasil uji statistik yang dilakukan pada *Uji Wilcoxon* terhadap pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi didapatkan nilai p value 0,001 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi pada kelompok kontrol dan intervensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Annisa (2022) tentang pengaruh edukasi gizi dengan media video dan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar yang menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video dan leaflet. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan

oleh Esa (2021) tentang pengaruh video edukasi dan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang konsumsi sayur dan buah di SMAN 05 Seluma yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan yang signifikan antara kedua kelompok sebelum diberikan edukasi gizi melalui media video edukasi dan leaflet.

Menurut Sari (2019), berpendapat bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pendidikan. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya makin banyak. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah dapat menghambat penerimaan informasi yang akan diterima.

Menurut asumsi peneliti, terjadi peningkatan karena pada saat memberikan edukasi gizi siswa memiliki rasa ingin tahu yang cukup tinggi dengan memperhatikan dan bertanya sehingga terjadi perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi.

5.5 Perbedaan Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa hasil uji statistik yang dilakukan pada *Uji Wilcoxon* terhadap sikap siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi didapatkan nilai p value 0,056 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi pada kelompok kontrol dan intervensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rosmita (2023) tentang pengaruh edukasi gizi media powerpoint dan lagu terhadap pengetahuan serta sikap konsumsi buah dan sayur siswa yang menyatakan bahwa tidak terdapat peningkatan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Berbeda dengan hasil penelitian Mashar (2021) tentang pengaruh penyuluhan gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang konsumsi buah dan sayur di SMAN 1 Palangkaraya yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi.

Menurut Azhari (2020), faktor-faktor yang mempengaruhi sikap diantaranya adalah pengalaman pribadi yang dapat menjadi pembentukan sifat apabila pengalaman tersebut meninggalkan kesan yang kuat. Sifat akan mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

Menurut asumsi peneliti, tidak terdapat perbedaan pada sikap siswa karena yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman pribadi sehingga meskipun telah diberikan edukasi gizi pada siswa menunjukkan tidak terdapat perbedaan karena pengalaman tiap siswa tentang konsumsi sayur dan buah berbeda-beda.

5.6 Perbedaan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa hasil uji statistik yang dilakukan pada *Uji Wilcoxon* terhadap konsumsi sayur siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi didapatkan nilai p value 0,086 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsumsi sayur sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi pada kelompok kontrol dan intervensi.

Pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa hasil uji statistik yang dilakukan pada *Uji Wilcoxon* terhadap konsumsi buah siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi didapatkan nilai 0,351 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsumsi sayur sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi pada kelompok kontrol dan intervensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Salsabila (2019) tentang edukasi dengan media video animasi dan powerpoint meningkatkan pengetahuan dan asupan konsumsi sayur dan buah yang menunjukkan tidak ada perbedaan asupan konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi gizi. Penelitian ini berbeda dengan penelitian Lillah (2022) tentang pemberian edukasi gizi media visual fruitable card dan leaflet terhadap konsumsi sayur dan

buah anak usia prasekolah yang menunjukkan bahwa terjadi perbedaan bermakna terhadap konsumsi sayur dan buah.

Menurut Faridah (2019), peningkatan konsumsi sayur dan buah pada responden dapat disebabkan oleh edukasi gizi yang diberikan. Media atau alat peraga yang digunakan dalam edukasi gizi dapat mempengaruhi pemahaman responden terhadap informasi yang disampaikan, media yang dipilih harus efektif dan efisien sehingga pengetahuan responden lebih baik dan mengaplikasikan informasi tersebut kedalam kehidupan sehari-hari.

Menurut asumsi peneliti, tidak terdapat perbedaan karena kurangnya minat konsumsi sayur dan buah pada siswa dan rata-rata siswa tidak suka mengonsumsi sayur dan sebagian siswa lebih suka mengonsumsi buah namun kurangnya kesediaan buah-buahan yang ada dirumah. Digunakannya media leaflet agar bisa dibaca dan dilihat kembali oleh siswa dirumah, sehingga bisa meningkatkan perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa.

5.7 Pengaruh Pengetahuan Menurut Kelompok Intervensi dan Kontrol

Pada tabel 4.9 hasil uji statistik dengan dengan *uji mann-whitney* pengetahuan sesudah edukasi gizi didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Herman (2020) tentang pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet kemenkes terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMAN 10 Makassar yaitu ada peningkatan pengetahuan sesudah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kontrol. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Sulviani (2022) tentang pengaruh edukasi gizi menggunakan media cakram gizi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja yang

menunjukkan hasil pengetahuan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol tidak ada perubahan dan perbedaan yang bermakna.

Menurut Annisa (2022), salah satu faktor pengaruh keberhasilan dalam peningkatan pengetahuan yaitu faktor dari penyuluh, sasaran, dan proses dalam penyuluhan seperti penggunaan media dalam edukasi gizi. Hal ini sesuai dengan teori semakin banyak panca indera yang digunakan untuk menerima sesuatu, dalam hal ini penggunaan media edukasi gizi maka semakin banyak dan jelas sesuatu pengetahuan yang diperoleh. Dengan kata lain, bisa menimbulkan daya tarik serta minat siswa sehingga pesan bisa lebih mudah diterima.

Menurut asumsi peneliti, terdapat pengaruh sesudah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kontrol karena penyuluhan seperti dengan media leaflet dapat mempengaruhi pengetahuan. Siswa sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kelompok intervensi dan kontrol.

5.8 Pengaruh Sikap Menurut Kelompok Intervensi dan Kontrol

Pada tabel 4.10 hasil uji statistik dengan dengan *uji mann-whitney* sikap sesudah edukasi gizi didapatkan nilai $p=0,013$ ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata sikap sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yeni (2020) tentang pengaruh edukasi gizi dengan media puzzle terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata sikap sesudah penyuluhan. Penelitian Meidina. *et al* (2018) menunjukkan hasil sikap rata-rata sesudah edukasi lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan edukasi. Penelitian berbeda dengan penelitian Azhari (2019) tentang pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku sarapan serta

konsumsi sayur dan buah yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh sebelum dan sesudah edukasi gizi terhadap sikap pada siswa.

Menurut Sari (2019), Faktor yang mempengaruhi sikap yaitu pengalaman personal dapat menjadi dasar pembentukan sikap apabila pengalaman tersebut meninggalkan kesan yang kuat. Faktor media massa juga dapat memengaruhi sikap seperti melakukan intervensi untuk melakukan promosi kesehatan agar intervensi bisa diterima dan dipahami oleh kelompok sasaran.

Menurut asumsi peneliti, terdapat pengaruh sesudah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kontrol karena ada faktor yang bisa mempengaruhi sikap seperti media leaflet. Siswa sudah memiliki sikap yang baik tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kelompok intervensi dan kontrol.

5.9 Pengaruh Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Menurut Kelompok Intervensi dan Kontrol

Pada tabel 4.11 hasil uji statistik dengan *uji mann-whitney* konsumsi sayur sesudah edukasi gizi didapatkan nilai $p=0,756$ ($p>0,05$) maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi buah sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol. Hasil uji statistik dengan *uji mann-whitney* konsumsi buah sesudah edukasi gizi didapatkan nilai $p=0,317$ ($p>0,05$) maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi buah sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fauziah (2023) tentang efektivitas pendidikan gizi dengan aplikasi berbasis android terhadap pengetahuan serta konsumsi sayur dan buah remaja yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata peningkatan konsumsi sayur dan buah pada remaja. Penelitian berbeda dengan penelitian Nurfiana (2021) tentang

pengaruh penyuluhan gizi menggunakan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang konsumsi sayur dan buah pada remaja di MTs Bahral Mubarak Toronipa yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa.

Menurut Faridah (2019), salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah adalah pengetahuan gizi terutama pengetahuan sayur dan buah. Peningkatan konsumsi sayur dan buah pada responden dapat disebabkan oleh edukasi gizi yang diberikan. Media atau alat peraga yang digunakan dalam edukasi gizi juga dapat mempengaruhi pemahaman responden terhadap informasi yang disampaikan.

Menurut asumsi peneliti, perilaku konsumsi sayur dan buah siswa mendapatkan hasil yang kurang baik meskipun pada pengetahuan dan sikap terdapat pengaruh terhadap konsumsi sayur dan buah. Tidak terdapat pengaruh pada perilaku konsumsi sayur dan buah karena kurangnya minat siswa mengkonsumsi sayur dan buah serta menurut wawancara dengan siswa dengan sq-ffq diketahui bahwa kurangnya ketersediaan buah-buahan di rumah.