Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Dengan Media Komik: Pengaruh pada Pengetahuan dan Sikap Anak SD

Idha Ayu Anggraini, Tri Siswati, Idi Setyobroto
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No. 3. Banyuraden, Gamping, Sleman, DIY

Pendahuluan

Anak usia sekolah termasuk kelompok rentan gizi. Survei Kesehatan Indonesia 2023 di DIY menunjukkan prevalensi gizi tidak seimbang pada usia 5–12 tahun: sangat kurus 1,5%, kurus 8,5%, gemuk 12,2%, dan obesitas 9,4%. Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang, salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan edukasi. Edukasi dapat dilakukan melalui edukasi yang cukup menarik salah satunya yaitu dengan media komik.

Tujuan

Mengetahui pengaruh media komik dalam edukasi pedoman gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar.

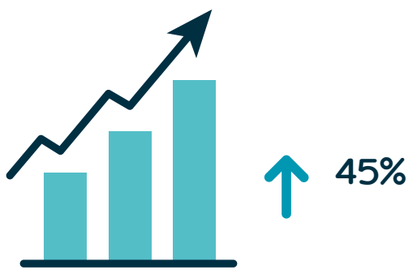
Metode



- Waktu : 13 Februari 2025
- Sampel : 34 siswa SD kelas 5 (usia 6-12 tahun) SD Negeri 2 Sumberagung di Wilayah Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
- Intervensi : Membaca komik selama 30 menit dan diskusi
- Instrumen : Kuesioner pengetahuan dan sikap

Hasil dan Pembahasan

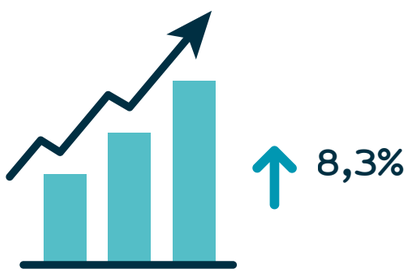
Pengetahuan



- Penggunaan media komik dalam edukasi gizi seimbang memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 45% dan sikap sebesar 8,3% setelah intervensi.

- Peningkatan pengetahuan dan sikap dipengaruhi oleh media dan cara penyampaian edukasi. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui penglihatan atau visual (75–87%), sedangkan sisanya melalui indra lain (13–25%). Karena itu, pemilihan media yang tepat menjadi kunci keberhasilan edukasi gizi (Utami, 2024)

Sikap



- Komik sebagai media bergambar efektif menarik perhatian siswa dan memperjelas materi sesuai pokok bahasan. Penyajian melalui cerita sederhana membantu memperdalam pemahaman, mempercepat penguasaan materi, serta mendorong partisipasi aktif. Sebagai media komunikasi visual, komik menggabungkan gambar dan teks dalam alur cerita sehingga informasi lebih mudah dipahami, diingat, dan menarik. Dengan keunggulan tersebut, komik dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran yang efektif dan efisien (Alza et al., 2023).

Kesimpulan & saran

Media komik terbukti berpengaruh terhadap peningkatam pengetahuan dan sikap siswa mengenai gizi seimbang. Oleh karena itu, pemanfaatan komik perlu diintegrasikan dalam kegiatan pembelajaran, UKS, maupun penyuluhan gizi sebagai upaya memperkuat literasi gizi dan membentuk perilaku makan sehat sejak dini.

Referensi