

# Pengaruh Penggunaan Media Program *Flash* Tentang Makanan Bergizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu-Ibu yang Memiliki Anak Balita

Melly Luthfiyani, Rusilanti, dan Nur Riska  
email: luthfi.phyan@gmail.com

Program Studi Pendidikan Tata Boga,  
Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media program *flash* tentang makanan bergizi seimbang terhadap pengetahuan ibu-ibu yang memiliki anak balita. Penelitian ini dilakukan di 2 posyandu yaitu Posyandu Soka dan Posyandu Cempaka dan dilakukan dengan penyuluhan gizi berupa metode ceramah dan tanya jawab dengan media program *flash* untuk kelompok eksperimen dan media *handout* untuk kelompok kontrol pada bulan Mei - Oktober 2015. Pengukuran data pengetahuan dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) penyuluhan. Jumlah sampel adalah sebanyak 60 orang ibu yang memiliki anak balita. Analisa hasil dilakukan dengan *wilcoxon* sebagai uji alternatif dari *paired t test* yang sebelumnya sudah dilakukan uji normalitas data. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu antara sebelum dan sesudah penyuluhan rata-rata skor hasil *pre test* 71,75 dan *post test* 80,75; standar deviasi *pre test* 6,096 standar deviasi *post test* 5,903; nilai tertinggi *pre test* 81,25 sebanyak 5 orang, nilai tertinggi *post test* 93,75 sebanyak 2 orang, nilai terendah *pre test* 62,25 sebanyak 1 orang dan nilai terendah 68,75 *post test* sebanyak 1 orang dan pengetahuan ibu sebelum diberikan pembelajaran dengan media program *flash* tentang makanan gizi seimbang adalah 5 orang (16,67 %) kategori pengetahuan baik, 25 orang (83,33 %) dikategorikan pengetahuan cukup dan setelah diberikan pembelajaran dengan media program *flash* tentang makanan gizi seimbang pengetahuan ibu hasil *post test* sebanyak 20 orang (66,67 %) dikategorikan pengetahuan baik dan 10 orang (33,33%) kategori pengetahuan cukup. Hasil uji menunjukkan ada perbedaan sesudah perlakuan, yaitu pengetahuan dengan  $z_{hitung} (-4.197) < z_{tabel} (-1.645)$ , dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi dengan menggunakan media program *flash* terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi seimbang.

**Kata kunci :** Media *Flash*, Makanan Gizi Seimbang, Pengetahuan Ibu

*Abstract: This research aimed to determine and analysis the effect of use media flash programme on a balanced diet to the knowledge of mothers with toddler. This research was conducted in two posyandu namely Soka and Cempaka and done with nutrition counseling in the form of a lecture and question and answer session with the media flash programe for the experimental group and media handout for the control group in May-October 2015. Knowledge data assesment measuration carried out 2 times before (pre-test) and after (post-test) extention is given. The total of sample was 60 people mothers have toddler. The data obtained were analyzed with the Wilcoxon as an alternative test of t previously test conducted test of normality data. The results showed an increase in maternal knowledge between before and after counseling the average score of the pre test 71.75 and post test 80.75; standard deviation of pre-test 6.096 post-test standard deviation of 5.903; The highest value of 81.25 pre test as many as 5 people, the highest rated post test 93.75 2 persons, the lowest score of 62.25 as the pre test 1 and the lowest value of 68.75 post test as many as one person and given the mother's knowledge before learning media flash programe on nutrition balanced food is 5 people (16.67%) knowledge to be good category, 25 (83.33%) were categorized enough knowledge and learning with media after being given a flash programme on nutrition balanced diet of mother's knowledge post test results of 20 people (66.67%) were categorized knowledge of good and 10 people (33.33%) were categorized knowledge sufficient The test results showed no difference after treatment, knowledge with  $z_{count} (-4.197)$ ,  $< z_{table} (-1.645)$ , there is a significant relationship between nutrition counseling is by using media programe flash to increase knowledge of mothers on a balanced diet.*

**Keywords:** Flash Media, Nutrition Food Balanced, Knowledge Mother

## PENDAHULUAN

Peran ibu bagi seorang anak memiliki pengaruh yang sangat besar, baik bagi pertumbuhan maupun perkembangannya. Hubungan antara ibu dan anak tidak hanya terjadi setelah anak dilahirkan, melainkan sudah terjadi pada saat bayi masih dalam kandungan. Begitu penting peran ibu dalam perbaikan gizi balitanya oleh karena itu perlu ditingkatkan pengetahuan tentang makanan bergizi seimbang.

Salah satu upaya dalam peningkatan pengetahuan ibu tentang makanan bergizi seimbang yaitu melalui kegiatan penyuluhan gizi yang dilakukan kader posyandu. Penyuluhan ini bertujuan memberikan pengertian atau pemahaman tentang makanan bergizi seimbang, sehingga diperoleh perilaku makan yang baik.

Menurut Sadiman (2003), media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Perantara disini menunjuk kepada segala sesuatu yang dapat membawa atau mengantarkan informasi antara sumber dan penerima.

Media dalam penelitian ini adalah media program *flash*. Berdasarkan penelitian Ramayanti (2014) tentang Pengembangan Program *Flash* (Dalam Bentuk DVD) Tentang Makanan Sehat Seimbang Untuk Balita mengatakan kelebihan media program *flash* membantu pengguna untuk memahami materi sehingga mudah dipahami dan dapat dimengerti ibu rumah tangga, tidak mahal dibandingkan dengan mengeluarkan percetakan dalam bentuk buku secara konvensional serta menggunakan sumber gambar yang diunduh dari halaman website kemudian dilakukan penggambaran ulang sehingga kualitas gambar menjadi sangat baik dan tidak pecah untuk program ini. Media program *flash* ini digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi yang dapat merangsang pikiran, perasaan dan perhatian.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Yulianti (2015) dengan judul Analisis Efektifitas Media Audio Visual Program *Flash* tentang Makanan Bergizi Seimbang untuk Balita dengan Metode DRILL dan STAD (*Student Team Achievement Divisions*) terhadap Hasil Belajar Kader Posyandu. Hasil dari penelitian tersebut adalah nilai rata-rata tes pengetahuan pada kader posyandu yang memperoleh

pembelajaran dengan media audio visual program *flash pre test* sebesar 65,95 dan *post test* sebesar 83,1 dengan kenaikan 17,1. Sedangkan nilai rata-rata tes pengetahuan pada kader posyandu yang memperoleh pembelajaran dengan media *handout pre test* sebesar 65,2 dan *post test* sebesar 75,5 dengan kenaikan 10,35. Untuk data nilai *pre test* tes keterampilan diambil dari hasil observasi yang telah dilakukan pada saat kader melakukan kegiatan rutin bulanan dalam penimbangan dan penyuluhan gizi serta data pelatihan kader posyandu yang diberikan dari puskesmas setempat menunjukkan keterampilan kader masih kurang dalam melakukan penyuluhan gizi. Data nilai *post test* untuk tes keterampilan diperoleh dari hasil penilaian gizi setelah proses pembelajaran dengan nilai rata-rata *post test* keterampilan pada kelompok kader posyandu memperoleh pembelajaran dengan audio visual program *flash* sebesar 83,7.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental Design* karena mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen (Sugiyono, 2012).

Pengambilan data dilaksanakan bulan Mei-Oktober 2015. Jumlah sampel tiap kelompok adalah 30 orang ibu yang mempunyai balita berdasarkan metode penentuan *purposive sampling*. Variabel bebas (*independent*) yaitu pengaruh penggunaan media program *flash* tentang makanan bergizi seimbang dan variabel terikat (*dependen*) pengetahuan ibu-ibu yang memiliki anak balita.

Desain penelitian menggunakan *pre test* dan *post test* dengan membandingkan skor dari nilai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data diolah dengan menggunakan analisis uji t.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Data Usia Ibu**

No	Klasifikasi Usia	Eksperimen		Kontrol	
		$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1	19-23 tahun	7	23,33	4	13,33
2	24-28 tahun	9	30	4	13,33
3	29-33 tahun	8	26,67	12	40
4	34-38 tahun	5	16,67	6	20
5	39-43 tahun	1	3,33	3	10
6	44-48 tahun	-	-	1	3,33
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**Tabel 2 Data Ibu Berdasarkan Tingkat Pendidikan**

No	Klasifikasi Pendidikan	Eksperimen		Kontrol	
		$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
1	SMP	11	36,67	9	30
2	SMA/SMK	19	63,33	21	70
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Data hasil *pre test* dan *post test* hasil belajar pada penilaian tes pengetahuan sebagai berikut:

1. Nilai rata-rata kelompok yang memperoleh pembelajaran dengan media program *flash pre test* sebesar 72,07 dan *post test* sebesar 80,83, dengan kenaikan 8,76
2. Nilai rata-rata kelompok yang memperoleh pembelajaran dengan media *handout pre test* sebesar 70 dan *post test* sebesar 80 dengan kenaikan 10

Berdasarkan data di atas nilai rata-rata pada setiap kelompok terjadi peningkatan hasil *pre test* terhadap hasil *post test* tes pengetahuan ibu. Namun, selisih kenaikan paling tinggi terjadi pada kelompok kontrol sebesar 10 hal ini kemungkinan disebabkan a) usia ibu yang berbeda-beda pada setiap kelompok, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin baik, b) pendidikan, tingkat pendidikan SMA pada kelompok eksperimen sebanyak 19 orang sedangkan pada kelompok kontrol 21. Tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi dan semakin luas pengetahuannya.

Hasil belajar ibu dalam penyuluhan gizi makanan bergizi seimbang untuk balita akan dideskripsikan sebagai berikut:

1. Distribusi Frukuenasi Hasil Belajar Ibu yang Menggunakan Pembelajaran dengan Media Program *Flash*

a. *Pre test*

*Pre test* dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi seimbang untuk balita sebelum ibu memperoleh metode pembelajaran dengan media program *flash. Pre test.* Hasil belajar ibu mempunyai skor rata-rata sebesar 72,07 skor modus sebesar 71,51; skor median sebesar 71,205; skor maksimum 81,25; skor minimum 62,25; standar deviasi 6.096264 dan varians sebesar 37.16444.

b. *Post Test*

*Post test* dilakukan untuk mengetahui hasil belajar dengan media program *flash.* Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan *post test* hasil belajar ibu yang menggunakan media program *flash* mempunyai skor rata-rata sebesar 80,83 skor modus sebesar 79,91; skor median sebesar 80,173; skor maksimum 93,75; skor minimum 68,75; standar deviasi 37.07917 dan varians sebesar 1374.865.

2. Distribusi Frukuenasi Hasil Belajar Ibu yang menggunakan Media *Handout*

a. *Pre test*

*Pre test* hasil belajar ibu mempunyai skor rata-rata sebesar 70 skor modus sebesar 71,90 skor median sebesar 72,179, standar deviasi sebesar 7.59282 dan varians sebesar 57.6509.

b. *Post test*

*Post test* pada kelas kontrol diberikan setelah proses pembelajaran dengan media *handout. Post test* dilakukan untuk mengetahui hasil belajar dengan media *handout. Post test* hasil belajar ibu mempunyai skor rata-rata sebesar 80 skor modus sebesar skor median sebesar 79, standar deviasi sebesar 22.30398 dan varians sebesar 497.4677.

Tingkat pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori yaitu baik (>80%), cukup (>60%-80%), dan kurang (<60%). Berikut hasil *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan ibu.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui adanya perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan media program *flash* tentang makanan bergizi seimbang untuk balita pada kelompok eksperimen dan perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan media *handout* pada kelompok kontrol. Pada *pretest* kelompok eksperimen sebanyak 5 orang (16,67 %) kategori

pengetahuan baik, 25 orang (83,33 %) dikategorikan pengetahuan cukup dan *post test* sebanyak 20 orang (66,67 %) dikategorikan pengetahuan baik dan 10 orang (33,33%) kategori pengetahuan cukup. Hal ini menunjukkan adanya kenaikan dari kategori pengetahuan baik sebesar 5 orang (16,67 %) menjadi 20 orang (66,67 %) yaitu 15 orang (50 %), kategori pengetahuan cukup dari 25 orang (83,33 %) menjadi 15 orang (33,33 %) mengalami penurunan 15 orang (50 %).

Pada *pre test* kelompok kontrol sebanyak 4 orang (13,33 %) kategori pengetahuan baik, 23 orang (76,67 %) dikategorikan pengetahuan cukup, 3 orang (10 %) dikategorikan pengetahuan kurang dan *post test* sebanyak 21 orang (70 %) dikategorikan pengetahuan baik dan 9 orang (30 %) kategori pengetahuan cukup. Dari hasil tersebut menunjukkan adanya kenaikan dari kategori pengetahuan baik sebesar 4 orang (13,33 %) menjadi 21 orang (70 %) yaitu 14 orang (46,67 %), kategori pengetahuan cukup dari 23 orang (76,67 %) menjadi 9 orang (30 %) yaitu 46,67 %, dan kategori kurang dari 3 orang (10%) menjadi 0%.

Berdasarkan penjelasan di atas diketahui adanya peningkatan pengetahuan dari kelompok eksperimen maupun kontrol. Namun, jika dilihat tingkat pengetahuan hasil *pre test* kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan kelompok kontrol dengan selisih 3,34 % kategori pengetahuan baik, 6,66 % kategori cukup. Sedangkan tingkat pengetahuan hasil *post test* kelompok kontrol lebih baik dibandingkan kelompok eksperimen dengan selisih 3,33 % kategori pengetahuan baik, 3,33 % kategori cukup.

Uji prasyarat yang harus dipenuhi dalam penelitian ini adalah uji normalitas data dan homogenitas data. Uji normalitas terhadap skor *pre test* dan *post test* dihitung dengan menggunakan *Lilliefors* dan uji homogenitas dihitung dengan Uji *Fisser F* untuk menguji homogenitas populasi seluruh kelompok perlakuan. Hasil perhitungan normalitas dirangkum sebagai berikut:

#### 1. Uji Normalitas Distribusi Populasi

Dalam uji normalitas distribusi populasi dibagi menjadi 2 kelompok hasil belajar ibu meliputi (1) media program *flash*, (2) media *handout*. Hasil perhitungan dideskripsikan pada tabel berikut:

**Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Distribusi Populasi Data Penelitian**

Kelompok	n	$L_{hitung}$	$L_{tabel}$	Simpulan
Eksperimen	30	0.184	0.162	Tidak Normal
Kontrol	30	0.178	0.162	Tidak Normal

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dua kelompok yang diuji dengan *Lilliefors*,  $L_{hitung}$  lebih besar dari  $L_{tabel}$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semua kelompok data dalam penelitian ini berasal dari populasi berdistribusi tidak normal.

#### 2. Pengujian Homogenitas

Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui bahwa data dan skor berasal dari varian sama. Pengujian homogenitas varian menggunakan uji F dikarenakan terdapat varians dari dua kelompok data. Hasil

homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4 Rekapitulasi Uji Homogenitas Varians Uji F**

Kelompok	Varians	$F_{hitung}$	$F_{tabel}$	simpulan
Ekperimen	37,16	0,6446	1,88	Homogen
Kontrol	57,65			

Tabel di atas menunjukkan hasil kelompok yang diuji dengan uji F hasilnya  $F_{hitung} < F_{tabel}$ , dengan demikian disimpulkan bahwa semua kelompok data dalam penelitian ini adalah populasi homogen.

#### Pengujian Hipotesis Penelitian

Berdasarkan data hasil penelitian serta uji persyaratan analisis yang telah dilakukan, maka pengujian hipotesis selanjutnya adalah menggunakan statistik nonparametrik yaitu *Wilcoxon Test*. Hal ini dilakukan mengingat syarat terdistribusi normal tidak terpenuhi. Pengujian hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh belajar ibu akibat penggunaan program *flash* dalam penyuluhan makanan bergizi seimbang untuk balita antara ibu kelas eksperimen dan kontrol.

Kriteria penerimaan atau penolakan  $H_0$  pada taraf signifikansi ( $\alpha$ ) 5% dapat dilihat melalui harga  $z$  hitung, jika harga  $z$  hitung lebih besar dari  $z$  tabel ( $z_{hitung} > z_{tabel}$ ) maka  $H_0$  diterima sedangkan jika harga  $z$  hitung  $<$   $z$  tabel maka  $H_0$  ditolak.

Berdasarkan perhitungan *Wilcoxon Test*  $z_{hitung}$  (-4.197)  $<$   $z_{tabel}$ . (-1.645) yang menyatakan tidak terdapat perbedaan

pengaruh pengetahuan belajar antara ibu yang menggunakan pembelajaran dengan program *flash* dan menggunakan pembelajaran dengan media *handout* ditolak. Jadi kesimpulannya adalah terdapat perbedaan pengetahuan antara kelas eksperimen yang diberi perlakuan pembelajaran berbantuan program *flash* dan kelas kontrol yang diberi perlakuan pembelajaran dengan media *handout*.

*Dengan Metode Drill Dan Stad (Student Team Achievement Divisions.* [tesis]. Jakarta: Program Pasca Sarjana, Universitas Negeri Jakarta

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita antara sebelum dan sesudah penyuluhan rata-rata skor hasil *pre test* 72,07 dan *post test* 80,83; standar deviasi *pre test* 6,096 standar deviasi *post test* 5,903; nilai tertinggi *pre test* 81,25 sebanyak 5 orang, nilai tertinggi *post test* 93,75 sebanyak 2 orang, nilai terendah *pre test* 62,25 sebanyak 1 orang dan nilai terendah *post test* 68,75 sebanyak 1 orang. Tingkat pengetahuan ibu hasil *pre test* kelompok eksperimen sebanyak 5 orang (16,67 %) kategori pengetahuan baik, 25 orang (83,33 %) dikategorikan pengetahuan cukup dan *post test* sebanyak 20 orang (66,67 %) dikategorikan pengetahuan baik dan 10 orang (33,33%) kategori pengetahuan cukup. Hasil analisis data menunjukkan  $z_{hitung} (-4.197) < z_{tabel} (-1.645)$  artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai makanan bergizi seimbang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ramayanti, G. 2014. *Pengembangan Program Flash (Dalam Bentuk DVD) Tentang Makanan Sehat Seimbang Untuk Balita.* [skripsi]. Jakarta: Program Studi Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta.
- Sadiman, A. S. 2003. *Media Pendidikan (Pengertian Pengembangan dan Pemanfaatannya).* Jakarta: CV. Rajawali.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta.
- Yulianti, Yeni. 2015. *Analisis Efektivitas Media Audio Visual Tentang Makanan Bergizi Seimbang Untuk Balita*

