

PENGARUH GAME RODA PUTAR KESEHATAN (ROTAN) TERHADAP PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK SD NEGERI 20 KOTA BENGKULU

Tera Milia Diana¹, Darwis², Ismiati³

Tera Milia Diana¹, Darwis², Ismiati³

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Jurusan Promosi Kesehatan
Jalan Indragiri No.03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225

tmiliadiana@gmail.com

ABSTRAK

Rendahnya konsumsi buah dan sayur bisa menyebabkan tubuh merasakan kekurangan unsur gizi yang bisa mengakibatkan terjadinya penyakit. Media ROTAN merupakan media yang dapat menambah pengetahuan dan sikap anak tentang konsumsi buah dan sayur. Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat pengaruh permainan ROTAN terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar. Desain penelitian ini memakai Pre Eksperiment One Grup Pre test dan Post test design dengan metode kuantitatif. Sampel di penelitian ini merupakan anak SD yang berjumlah 34 orang. Didalam penelitian ini teknik sampling memakai teknik random sampling kemudian di uji memakai uji wilcoxon. Hasil dalam penelitian ini yaitu terjadi peningkatan rerata pengetahuan dan sikap anak tentang konsumsi buah dan sayur dengan rerata sebelum 45,09 kemudian sesudah 8,82. Hasil rerata sikap sebelum 23,79 dan sesudah 36,79 sedangkan hasil rerata tindakan sebelum 1,00 dan sesudah 6,44. Penelitian ini juga menunjukkan terdapat pengaruh setelah diberikan pengaruh game ROTAN terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak SD yang dibuktikan dengan $p\text{-value} < 0,05$. Media ini diharapkan bisa dijadikan salah satu alternatif untuk dalam menyampaikan informasi kesehatan tentang buah dan sayur pada anak SD.

Kata kunci : Roda Putar Kesehatan, Buah dan Sayur, Pengetahuan, Sikap, Tindakan.

ABSTRACT

Low consumption of fruits and vegetables can cause the body to feel a lack of nutrients that can lead to disease. ROTAN media is a media that can increase children's knowledge and attitudes about fruit and vegetable consumption. This study aims to see the effect of ROTAN games on fruit and vegetable consumption behavior in elementary school children. This research design uses Pre Experiment One Group Pre test and Post test design with quantitative methods. The sample in this study were elementary school children totaling 34 people. In this study the sampling technique used random sampling technique then tested using the Wilcoxon test. The results in this study are that there is an increase in the average knowledge and attitude of children about fruit and vegetable consumption with an average before 45.09 then after 8.82. The average result of attitude before 23.79 and after 36.79 while the average result of action before 1.00 and after 6.44. This study also shows that there is an effect after being given the influence of the ROTAN game on fruit and vegetable consumption behavior in elementary school children as evidenced by the $p\text{-value} < 0.05$. This media is expected to be used as an alternative for health promotion in delivering information about fruits and vegetables in elementary school children.

Keywords: Health Spin Wheel, Fruit and Vegetable, Knowledge, Attitude, Action.

* Korespondensi Author : Tera Milia Diana, [Tmiliadiana@gmail.Com](mailto:Tmiliadiana@gmail.com) +62853-8197-4427

PENDAHULUAN

Secara umum *World Health Organization* (WHO) menganjurkan 400 gram buah dan sayur per orang untuk hidup sehat. Masyarakat di Indonesia, disarankan untuk mengonsumsi buah dan sayur sejumlah 300-400 gram per hari untuk anak usia sekolah sedangkan takaran untuk usia remaja dan dewasa sejumlah 400-600 gram/orang/hari (Almunadia et al, 2017).

Secara Nasional usia >5 tahun 63,3% tidak mengonsumsi sayur dan 62,2% tidak mengonsumsi buah. Konsumsi buah dan sayur secara ideal (>5 porsi/hari) sangatlah rendah hanya 5,5% (Kemenkes, 2018). Prevalensi kurangnya konsumsi Buah dan Sayur di daerah Bengkulu Selatan 11,82%, Rejang Lebong 15,18%, Bengkulu Utara 20,91%, Kaur 24,34%, Seluma 18,48%, Mukomuko 27,69%, Lebong 19,01%, Kepahiang 15,95%, Bengkulu Tengah 19,90%, Kota Bengkulu 19,09%.

Puskesmas Jalan Gedang memiliki angka obesitas pada anak yang paling tinggi yaitu sebanyak 37 anak (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2022). Berdasarkan survei yang dilakukan di SDN 20 Kota Bengkulu mengalami obesitas yang cukup yaitu 9 anak.

Usia 7 sampai 12 tahun ialah masa tumbuh kembang anak. Penentuan waktu pemberian nutrisi pada usia ini seringkali tidak bergerak dengan komplit yang dapat mengakibatkan permasalahan gizi pada anak. Permasalahan gizi dipengaruhi oleh banyak faktor dan sangat kompleks; Gizi yang tidak memadai dan tingginya angka penyakit menular merupakan dua faktor langsung penyebab malnutrisi.

Asupan makanan dalam kehidupan sehari-hari sangat mempengaruhi status gizi (Risti

dkk, 2019). Salah satu akibat rendahnya asupan buah dan sayur pada anak adalah kelebihan berat badan atau obesitas (Anggraeni, 2016).

Sigian (2017) mengungkapkan ada kaitan antara konsumsi buah dan sayur dengan peristiwa obesitas pada anak akan menyebabkan kematian. Hal ini juga disebabkan tingginya angka kematian anak di bawah usia 5 tahun akibat ISPA. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017 yaitu kasus ISPA mencapai 28% dengan jumlah 533,187 termasuk banyak di delapan belas provinsi yang ada Indonesia dan banyak juga di Puskesmas Indonesia. (Mumpuni, 2016).

Aspek yang dapat menimbulkan konsumsi buah dan sayur di kalangan siswa, yaitu kecintaan terhadap suatu warna, pengetahuan dan sikap terhadap konsumsi buah dan sayur, ketersediaan di rumah dan di sekolah, pengaruh lingkungan keluarga dan teman sebaya di sekolah, serta peran media massa.

Metode pembelajaran dengan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran perlu menarik perhatian siswa untuk meningkatkan hasil belajar, yang dapat menyebabkan siswa akan lebih aktif dalam belajar, menciptakan suasana yang lebih menyenangkan dan mengurangi rasa bosan dalam proses pembelajaran (Yusuf et al., 2017).

Roda troli merupakan penyangga berbentuk bulat atau melingkar yang dapat diputar. Perlengkapan sekolah Spin Wheel dapat dijadikan sebagai solusi dalam kegiatan pembelajaran. Siswa yang senang bermain akan terus bermain tetapi mereka bermain sambil belajar. Stand roda putar dirancang

berdasarkan prinsip Fun and Fun Learning Stand, Khairunnisa dalam (Solichah & Ghufron, 2021). Oleh karena itu, penerapan model pembelajaran menggunakan roda berputar dapat mengatasi kelemahan kreativitas siswa. Pemilihan roda pemintal sebagai alat dalam proses pembelajaran juga menjadi pilihan (Rohaeti, & Maya, 2021).

Permainan Roda Kesehatan (ROTAN) ini menggunakan kartu dan roda dimana peserta memutar roda tersebut dan melihat angka yang ditunjukkan oleh jarum pada saat ROTAN berhenti, kemudian peserta mengambil kartu soal berdasarkan angka yang diterimanya. Kelebihannya mudah digunakan, siswa lebih tertarik menggunakan warna yang beragam, terdapat permainan agar siswa merasakan belajar sambil bermain, proses belajar menjadi lebih menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Permainan Roda Kesehatan (ROTAN) terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur anak di SD

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimen*, dengan rancangan one

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

Tabel 1 Rerata Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Inervensi

Variabel	Mean±SD	Min-Max
Sebelum	5,09±1,026	4-8
Sesudah	8,82±0,758	7-10

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa nilai mean sebelum 5,09 dengan standar deviasi 1,026 dan sesudah 8,82 dengan standar deviasi 0,758 artinya adanya

group *pretest-posttest design*. Pada desain ini responden akan di beri *pretest* kemudian dilanjutkan dengan intervensi sebanyak 2 kali dan di akhiri dengan *posttest*. Hal tersebut dilakukan untuk dapat membandingkan pengetahuan, sikap dan tindakan anak tentang buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan *intervensi*. Sebelum melakukan pengumpulan data peneliti mengurus Etik penelitian yang dikeluarkan oleh Komite Etik Poltekkes Kemenkes Bengkulu dengan nomor etik KEPK.BKL/342/06/2023. Populasi pada penelitian ini adalah anak SD Negeri 20 Kota Bengkulu sebanyak 84 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 34 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *random sampling*, dengan kriteria inklusi siswa yang masih aktif di kelas, bersedia menjadi responden, berada dikelas dan hadir saat penelitian, dapat bekerja sama dan bersosialisasi. Pengumpulan data melalui kuisioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat yang di olah menggunakan uji *Shapiro-Wilk*.

peningkatan pengetahuan konsumsi buah dan sayur sayur pada anak SD

Tabel 2 Rerata Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Variabel	Mean±SD	Min-Max
Sebelum	23,79±1,533	20-26
Sesudah	36,79± 1,321	34-39

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa nilai mean sebelum 23, dan sesudah 36,79 artinya adanya peningkatan sikap tentang konsumsi buah dan sayur sayur pada anak SD.

Tabel 3 Rerata Tindakan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Variabel	Mean±SD	Min-Max
Sebelum	1,00 ± 0,953	0-5
Sesudah	6,44 ± 0,660	4-7

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa nilai mean sebelum 1,00 dan sesudah 6,44 artinya adanya peningkatan tindakan tentang konsumsi buah dan sayur pada anak SD.

Tabel 4 Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Game Roda Putar Kesehatan (ROTAN) Terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak SD

Variabel	Mean	Δ Mean	P-value
Pengetahuan			
Sebelum	5,09	3,73	0,000
Sesudah	8,82		
Sikap			
Sebelum	23,79	13	0,000
Sesudah	36,79		
Tindakan			
Sebelum	1,00	5,44	0,000
Sesudah	6,44		

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa hasil uji data pengetahuan, sikap dan tindakan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh pengetahuan, sikap dan tindakan nilai *P-Value* = 0,000 < 0,05 ada pengaruh melalui *Game* ROTAN terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Anak SD Tentang Konsumsi Buah dan Sayur.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian anak masih mempunyai pengetahuan yang rendah tentang konsumsi buah dan sayur. Hal ini disebabkan oleh pemahaman anak dan tingkat antusiasme anak dalam mendengarkan ilmu yang disampaikan.

Pengetahuan tentang konsumsi buah dan sayur sangat penting untuk diberikan kepada siswa, karena siswa sekolah dasar belum banyak mengkonsumsi buah dan sayur dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil pengetahuan sebelum mengikuti permainan rotan terhadap perilaku konsumsi sayur siswa SD memperoleh nilai sebesar 5,09 dan rata-rata pengetahuan setelah mengikuti permainan rotan terhadap perilaku konsumsi sayur diperoleh hasil sebesar 8,82 yang berarti terdapat peningkatan dalam pengetahuan tentang buah-buahan dan sayur-sayuran.

Roda pintar dapat meningkatkan kemampuan membaca anak, karena penggunaan kendaraan roda pintar dapat menarik seluruh siswa untuk berpartisipasi, membantu mereka lebih dinamis, interaktif, proses pembelajaran optimal dan menyenangkan. Susun menjadi bentuk-bentuk yang sesuai dengan bentuk gambar. Penggunaan *Smart Wheels* dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Menggunakan media untuk memberikan pendidikan kesehatan dengan tujuan untuk menarik perhatian seseorang terhadap suatu permasalahan atau informasi yang akan diberikan, sehingga informasi tersebut dapat

meningkatkan pengetahuan dan sikap derajatnya (Musdalipa, 2020).

2. Sikap Siswa Kelas V SD Negeri 20 Kota Bengkulu Tentang Konsumsi Buah dan Sayur

Adanya perbedaan sikap siswa setelah diberikan intervensi melalui melalui *Game* ROTAN. Hal ini diakibatkan oleh rendahnya pengenalan anak mengenai buah dan sayur. Menurut penelitian Eliza (2019), hasilnya menunjukkan bahwa 63,3% siswa yang mengonsumsi buah dan sayur dengan baik sesuai dengan saran konsumsi sayur.

Sikap juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Apabila pengetahuan anak baik maka sikap anak akan menjadi baik, begitu pula sebaliknya.

3. Tindakan Anak Kelas V SD Negeri 20 Kota Bengkulu Tentang Konsumsi Buah dan Sayur

Penelitian ini menghasilkan sebagian dari anak sudah memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur yang baik. Selaras pada penelitian Bella (2017) mengungkapkan sebagian besar siswa memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur baik setelah diberikan edukasi kesehatan.

Menurut Notoatmodjo (2012) Perilaku ialah hasil pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungannya, yang dinyatakan dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan sedangkan pendapat dari Wawan (2011) menyatakan bahwa perilaku merupakan

suatu tindakan yang dapat dilihat dan memiliki frekuensi, jangka waktu, dan tujuan tertentu, baik secara sadar maupun tidak sadar. \

4. Pengaruh *Game* ROTAN Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak SD

Analisis penelitian di atas menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah mendapat anjuran kesehatan tentang konsumsi buah dan sayur.

Penelitian (Amalia, 2020) mengungkapkan bahwa kalkulasi jawaban anak SD dapat dikategorikan “sangat kuat” karena kalkulasi jawaban anak hingga 80 yang berarti anak senang dengan cara belajar sambil bermain dengan menggunakan media aksi roda berputar. Sedangkan, keefektifan media dapat dilihat dari hasil pemahaman anak yaitu dengan kalkulasi mencapai skor 100. Bisa ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemahaman anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Media yang digunakan dalam pendidikan kesehatan hendaknya memperhatikan karakteristik dan tujuannya. Anak sekolah dasar merupakan usia yang cenderung menyukai permainan motorik, sehingga kendaraan yang diciptakan juga memerlukan unsur permainan agar tidak menimbulkan kebosanan.

KESIMPULAN

1. Rerata Pengetahuan anak SD sebelum dan sesudah dilaksanakan intervensi mengalami peningkatan
2. Rerata sikap anak SD sebelum dan sesudah dilaksanakan intervensi mengalami peningkatan
3. Rerata tindakan anak SD sebelum dan sesudah dilaksanakan intervensi mengalami peningkatan
4. Ada pengaruh pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan sesudah diberikan *game* ROTAN pada Anak SD.

SARAN

1. Bagi Sekolah Dasar diharapkan pada pihak sekolah untuk dapat membantu meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan tentang pencegahan konsumsi buah dan sayur melalui *Game* ROTAN.
2. Bagi Akademik diharapkan sebagai media informasi promosi kesehatan untuk anak sekolah dasar dengan menggunakan *Game* ROTAN sebagai media pembelajaran tentang konsumsi buah dan sayur.
3. Bagi peneliti lainnya penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan informasi lebih lanjut yang berhubungan dengan buah dan sayur.

DAFTAR PUSTAKA

Annisa, A. (2019). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Buku Cerita terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan

Sayur pada Anak Kelas 5 SDIT Thariq Bin Ziyad Tahun 2019, *Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*.

Dinkes Kota Bengkulu. 2019. *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2019*. Bengkulu: Dinkes Kota.

Hidayah, E. R., Hidayat, N., & Siswati, T. (2021). Efektivitas Penyuluhan Gizi melalui Roda Putar dan Leaflet terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Nutrisia*, 23(1), 22–31.

Irma, (2019). *Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Anak Sekolah Dasar Negeri 020583 Binjai Estate*. *Jurnal Maternitas Kebidanan*.

Isnainingsih, T., E, N., & S, A. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SD. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12 No 2(Januari), 1–8.

Kemendes 2019. Konsumsi sayur dan buah dapat mengakibatkan kekurangan zat gizi sehingga dapat menimbulkan berbagai. (n.d.). No Title.

Kemendes 2019. Mari makan sayur dan buah yang berkhasiat baik bagi tubuh untuk keluarga indonesia sehat. 14 Mei 2019. www.padk.kemendes.go.id.

Sartika, R. A. D. (2011). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi serat pada siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Jilid

- 17(Nomor 4, Februari), 322–330.
- Setiawan S,D & Andrian, F.(2013). Fakta Ilmiah BUAH SAYUR. Jakarta: Penebar Plus.
- Siagian, D. (2017). Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Obesitas pada Anak SD Kelas IV-VI Di SD Pantekosta Magelang. Naskah Publikasi. Yogyakarta : Politeknik Kementerian Kesehatan.
- Simbolon, R. (2019). Penggunaan Roda Pintar Untuk Kemampuan Membaca Anak. JPP Guseda | Jurnal Pendidikan & Pengajaran Guru Sekolah Dasar, 2(2), 66–71.
- Wawan .A. & Dewi .M. (2019). Teori & Pengukuran Pengatahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Jakarta: Rineka Cipta.
- Widiany, F. & Afriani, Y. (n.d.). Pemanfaatan Buah dan Sayur Sebagai Upaya Antisipasi Konstipasi pada Anak di TK Mekar Siwi Panjen Maguwoharjo ., 3(2), 15–19.