

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitiak

Sekolah Dasar Negeri (SDN) 40 Pontianak Utara merupakan salah satu satuan pendidikan dasar negeri yang berlokasi di Kelurahan Siantan Hulu, Kecamatan Pontianak Utara, Kota Pontianak, Provinsi Kalimantan Barat. Sebagai lembaga pendidikan formal, SDN 40 Pontianak Utara berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, serta berperan penting dalam mencerdaskan generasi penerus bangsa di wilayah tersebut. Lingkungan sekolah tergolong asri, tertata, dan bersih, sehingga sangat mendukung kenyamanan proses belajar mengajar.

Di dalam area sekolah terdapat kantin sekolah yang menjadi salah satu fasilitas penunjang kebutuhan peserta didik warga sekolah. Kantin ini terjaga kebersihannya dan menyediakan beragam pilihan makanan serta minuman, mulai dari makanan utama seperti nasi kuning, hingga makanan selingan seperti roti tawar, donat, gorengan, dan aneka jajanan sederhana yang disukai anak-anak.

Selain itu, di sekitar lingkungan sekolah juga terdapat beberapa pedagang kaki lima yang menjual jajanan seperti es sirup, sosis goreng, dan pentol goreng, yang turut menambah variasi pilihan konsumsi bagi siswa. Keberadaan kantin dan pedagang ini tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan makanan dan minuman, tetapi juga menjadi sarana pembiasaan anak dalam memilih makanan. Oleh karena itu, pihak sekolah berupaya untuk tetap mengawasi kebersihan serta keamanan jajanan yang beredar agar sesuai dengan prinsip gizi seimbang dan mendukung kesehatan peserta didik.

2. Karakteristik Responden

Penelitian ini adalah siswa kelas 5 Sekolah Dasar. Karakteristik yang diamati meliputi usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua.

Tabel. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	n	%
Umur (Tahun)		
13	6	20,0
12	23	76,7
11	1	3,3
Total	30	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	18	60,0
Perempuan	12	40,0
Total		
Pekerjaan Ayah		
Wiraswasta	29	96,7
PNS	1	3,3
Total	30	100,0
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	30	100,0
Total	30	100,0

Tabel 3 memperlihatkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 12 tahun, yaitu sebanyak 23 orang (76,7%). Sementara itu, kelompok usia dengan jumlah responden paling sedikit adalah usia 11 tahun yang hanya berjumlah 1 orang (3,3%). Ditinjau dari jenis kelamin, mayoritas responden adalah laki-laki sebanyak 18 orang (60,0%), sedangkan responden perempuan berjumlah 12 orang (40,0%). Jika dilihat dari pekerjaan ayah, hampir seluruh responden memiliki ayah dengan profesi wiraswasta, yakni sebanyak 29 orang (96,7%), dan hanya 1 orang (3,3%) yang berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS). Adapun pekerjaan ibu, seluruh responden berasal dari keluarga dengan ibu yang berstatus sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 30 orang (100,0%).

3. Analisis Uji Bivariat

Hasil uji normalitas didapatkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga analisis *Bivariat* ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui hasil dari penelitian ini. Setelah dilakukannya uji *Wilcoxon Signed Rank* didapatkan hasil yang dapat di lihat pada tabel di bawah ini.

a. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Disajikan perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah di berikan edukasi gizi, dianalisis dengan menggunakan *uji Wilcoxon* dapat di lihat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel. 4 Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku cerita Bergambar

Nilai	Sebelum	Sesudah	Selisih
Minimum	25	75	50
Maxsimum	70	100	30
NMedian	50	90	40
Std. Deviation	10,116	8,504	1,612
<i>P-value</i>			0.000

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan anak sekolah sebelum intervensi 50 dan setelah intervensi terjadi peningkatan 90 dengan selisih 40 poin, berdasarkan hasil *uji Wilcoxon* dengan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,005$) menunjukkan ada perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan buku cerita bergambar.

b. Perbedaan Asupan Karbohidrat Respon den Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Disajikan perbedaan asupan karbohidrat responden sebelum dan sesudah di berikan edukasi gizi, dianalisis dengan menggunakan *Uji Wilcoxon* dapat di lihat pada tabel 5 berikut ini.

Tabel. 5 Distribusi Asupan Karbohidrat Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku cerita Bergambar

Nilai	Sebelum	Sesudah	Selisih
Median	122,750	123,650	900
Minimum	63,6	57,1	6,5
Minimum	167,9	737,0	569,1
Std.Deviasi	25,8259	117,9337	92,1078
<i>p-value</i>			0.000

Hasil analisis menunjukkan bahwa asupan karbohidrat siswa sebelum diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar sebesar 121,587. Setelah intervensi dilakukan, terjadi peningkatan menjadi 123,650 dengan selisih 900. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon*, diperoleh *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,005$) yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara asupan karbohidrat siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar.

c. Perbedaan Asupan Protein Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Tabel. 6 Distribusi Asupan Protein Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku cerita Bergambar

Nilai	Sebelum	Sesudah	Selisih
Median	42,200	45,150	2,950
Minimum	22,1	20,1	2
Minimum	339	92,2	246,8
Std.Deviasi	55,843	243,537	187,694
<i>p-value</i>			0.000

Hasil analisis menunjukkan bahwa asupan protein siswa sebelum diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar sebesar 42,200. Setelah intervensi dilakukan, terjadi peningkatan menjadi 45,150. Berdasarkan uji *Wilcoxon*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,005$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada asupan protein siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media buku cerita bergambar.

d. Perbedaan Asupan Lemak Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Tabel. 7 Distribusi Asupan Lemak Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku cerita Bergambar

	Sebelum	Sesudah	Selisih
Median	39,350	57,100	17,750
Minimum	10,9	13,7	2,8
Maximum	103,6	832,0	728,4
Std.Deviasi	18,452	243,537	125,085
<i>p-value</i>			0.000

Hasil analisis menunjukkan bahwa asupan lemak siswa sebelum diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar sebesar 39,350. Setelah intervensi, terjadi peningkatan menjadi 57,100 dengan total kenaikan sebesar 17,750. Berdasarkan hasil *uji Wilcoxon*, diperoleh *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,005$), yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada asupan lemak siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) pada siswa kelas V SDN 40 Pontianak Utara setelah diberikan intervensi berupa edukasi gizi menggunakan media buku cerita bergambar. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *p-value* $< 0,005$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi.

Peningkatan pengetahuan gizi ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa media pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan perkembangan anak, seperti buku cerita bergambar, dapat meningkatkan minat belajar dan mempermudah pemahaman materi. Media visual memberikan stimulus ganda, yaitu teks dan gambar, sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Hasil ini sejalan dengan penelitian Hamida & Zulaekah (2012) serta Siregar & Angkat (2023) yang membuktikan bahwa media visual berupa komik mampu meningkatkan pengetahuan gizi siswa secara signifikan.

Selain peningkatan pengetahuan, penelitian ini juga menunjukkan adanya perbaikan pada asupan zat gizi makro. Anak yang sebelumnya memiliki asupan rendah, khususnya karbohidrat dan protein, mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori perilaku kesehatan yang

menyebutkan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mendorong perubahan perilaku, termasuk perilaku makan. Pengetahuan yang baik tentang pentingnya zat gizi makro menjadikan anak lebih mampu memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.

Edukasi melalui media buku cerita bergambar tidak hanya meningkatkan aspek kognitif (pengetahuan), tetapi juga memberikan pengaruh pada aspek afektif dan psikomotor, yaitu menumbuhkan minat dan motivasi anak untuk mengonsumsi makanan bergizi. Cerita yang disajikan dalam bentuk narasi sederhana dan ilustrasi menarik membuat siswa lebih mudah memahami manfaat karbohidrat, protein, dan lemak, serta dampaknya terhadap kesehatan dan prestasi belajar.

Hasil penelitian ini memperkuat pentingnya intervensi edukasi gizi di sekolah dasar. Anak usia 6–12 tahun merupakan kelompok yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat, sehingga kebutuhan zat gizi makro harus dipenuhi dengan baik. Intervensi edukasi gizi menggunakan media yang sesuai dengan karakteristik anak terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus mendorong perbaikan pola konsumsi.

1. Pengaruh Buku Cerita Bergambar Terhadap Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Pada Siswa/Siswi SDN 40 Pontianak Utara

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi siswa setelah diberikan edukasi menggunakan media buku cerita bergambar. Sebelum intervensi, nilai pengetahuan siswa relatif lebih rendah dengan rentang skor yang terbatas, namun setelah edukasi diberikan terjadi peningkatan yang cukup tinggi baik pada nilai minimum, maksimum, maupun median. Hal ini menandakan bahwa seluruh responden mengalami perkembangan pengetahuan setelah mendapatkan penyuluhan gizi melalui media tersebut.

Analisis statistik dengan uji Wilcoxon menghasilkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi pengetahuan tentang zat gizi makro. Dengan demikian, media buku cerita bergambar terbukti mampu meningkatkan pengetahuan gizi pada siswa sekolah dasar.

Efektivitas ini dapat dijelaskan karena buku cerita bergambar menyajikan informasi gizi dalam bentuk yang lebih sederhana, menarik, serta mudah dipahami

anak-anak. Ilustrasi yang berwarna dan alur cerita yang sesuai dengan usia sekolah dasar membuat siswa lebih termotivasi untuk memperhatikan, memahami, serta mengingat pesan gizi yang disampaikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Puspitasari dkk. (2022) yang melaporkan bahwa penggunaan media buku cerita bergambar baru dalam edukasi gizi seimbang berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar.

Penelitian di Portugal oleh Cunha dkk. (2025) pun menguatkan temuan ini, di mana penggunaan buku cerita bergambar bertema superhero dapat meningkatkan minat anak untuk mencoba sayuran, sehingga membuktikan media cerita bergambar dapat memengaruhi perilaku konsumsi pangan.

Selain itu, Fitriani (2023) menegaskan bahwa buku cerita bergambar sangat sesuai dijadikan media edukasi gizi untuk anak sekolah dasar karena kombinasi visual yang menarik dan narasi sederhana membuat pesan lebih mudah diterima. Sejalan dengan itu, kajian Wahyuni dkk. (2021) menyatakan bahwa media bergambar dan permainan mampu meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar melalui pendekatan belajar yang menyenangkan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan media buku cerita bergambar tidak hanya terbukti secara statistik efektif meningkatkan pengetahuan gizi, tetapi juga secara praktis membantu anak lebih tertarik dan termotivasi dalam memahami serta mengingat pesan-pesan gizi yang diberikan

2. Pengaruh Buku Cerita Bergambar Terhadap Asupan Karbohidrat Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Pada Siswa/Siswi SD N 40 Pontianak Utara

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan asupan karbohidrat pada siswa setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media buku cerita bergambar. Sebelum intervensi, asupan karbohidrat siswa berada pada tingkat yang lebih rendah dengan variasi yang relatif terbatas, namun setelah edukasi terjadi peningkatan baik pada nilai median maupun rentang asupan antar responden. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami perubahan pola konsumsi karbohidrat setelah mendapatkan penyuluhan melalui media tersebut.

Analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara asupan

karbohidrat sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, media buku cerita bergambar terbukti efektif dalam meningkatkan asupan karbohidrat pada siswa sekolah dasar.

Temuan ini memperlihatkan bahwa pendekatan edukasi gizi berbasis visual dan naratif mampu meningkatkan pemahaman serta memengaruhi kebiasaan makan anak, terutama dalam hal asupan karbohidrat. Penyajian materi melalui buku cerita bergambar menjadikan informasi lebih mudah diterima karena dikemas dalam bentuk menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif siswa sekolah dasar. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmawati (2020) yang menegaskan bahwa penggunaan media bergambar dapat meningkatkan motivasi belajar sekaligus mempermudah pemahaman terkait gizi.

Hasil serupa juga dilaporkan oleh Sari dkk. (2021) yang menemukan bahwa media interaktif dalam edukasi gizi dapat mendorong peningkatan konsumsi zat gizi makro pada anak sekolah dasar. Peningkatan tersebut terjadi karena anak lebih terdorong memilih makanan sehat setelah memahami manfaat gizi melalui cerita maupun ilustrasi yang menyenangkan. Lestari (2019) juga menambahkan bahwa penggunaan buku cerita bergambar terbukti dapat menaikkan pengetahuan gizi siswa secara signifikan dan berpengaruh terhadap pola konsumsi sehari-hari.

Meskipun demikian, adanya peningkatan standar deviasi pascaintervensi menunjukkan adanya perbedaan respon antar siswa. Hal ini kemungkinan dipengaruhi faktor eksternal, seperti ketersediaan bahan makanan di rumah, pola makan keluarga, hingga kebiasaan individu. Oleh karena itu, program edukasi gizi sebaiknya dilaksanakan secara berkesinambungan serta melibatkan peran orang tua agar hasilnya lebih optimal.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkuat bukti bahwa media buku cerita bergambar adalah salah satu strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus perilaku gizi anak usia sekolah dasar. Dengan penyajian yang sederhana, menarik, serta sesuai usia, media ini sangat potensial digunakan sebagai sarana edukasi gizi baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat luas.

3. Pengaruh Buku Cerita Bergambar Terhadap Asupan Protein Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Pada Siswa/Siswi SD N 40 Pontianak Utara

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan asupan protein pada siswa setelah diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar. Sebelum intervensi, tingkat asupan protein siswa relatif lebih rendah dengan rentang yang sempit, namun setelah edukasi terjadi peningkatan yang cukup besar baik pada nilai median maupun sebaran asupan antar responden. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami perubahan positif dalam pola konsumsi protein setelah mendapatkan penyuluhan gizi melalui media tersebut.

Analisis statistik dengan uji Wilcoxon menghasilkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara asupan protein sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, media buku cerita bergambar terbukti efektif dalam meningkatkan asupan protein pada siswa sekolah dasar.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Padmiswari et al. (2022) yang membuktikan bahwa penggunaan media buku cerita bergambar dalam edukasi gizi seimbang mampu meningkatkan pengetahuan siswa dan berpengaruh terhadap pola konsumsi sehari-hari.

Hal yang sama juga dilaporkan oleh Prasetya et al. (2024), di mana edukasi gizi berbasis media visual interaktif terbukti meningkatkan asupan zat gizi makro, termasuk protein. Penelitian lain oleh Nur'aini (2023) menunjukkan bahwa pop-up book dapat memperbaiki pengetahuan gizi sekaligus membentuk kebiasaan sarapan sehat pada anak sekolah dasar, sementara Lestari (2019) menegaskan bahwa media bergambar efektif dalam meningkatkan pemahaman gizi serta berdampak positif terhadap perilaku makan anak. Meski demikian, kenaikan standar deviasi memperlihatkan adanya perbedaan respons antar siswa yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor luar seperti pola makan keluarga, ketersediaan sumber protein, serta preferensi makanan.

Hal ini sejalan dengan temuan Juriskes Bandung (2019) yang menyatakan bahwa meskipun edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan, perubahan konsumsi tidak selalu seragam karena dipengaruhi lingkungan. Oleh karena itu, agar dampak edukasi gizi melalui buku cerita bergambar lebih optimal, intervensi perlu dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan peran orang tua serta

pemantauan pola makan, sehingga perubahan perilaku konsumsi protein dapat lebih konsisten.

4. Pengaruh Buku Cerita Bergambar Terhadap Asupan Lemak Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Pada Siswa/Siswi SD N 40 Pontianak Utara

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan asupan lemak pada siswa setelah diberikan edukasi gizi melalui media buku cerita bergambar. Sebelum intervensi, tingkat asupan lemak siswa relatif lebih rendah dengan variasi yang terbatas, namun setelah edukasi terjadi peningkatan yang cukup besar baik pada nilai median maupun sebaran asupan antar responden. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami perubahan positif dalam pola konsumsi lemak setelah mendapatkan penyuluhan gizi melalui media tersebut.

Analisis statistik dengan uji Wilcoxon menghasilkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara asupan lemak sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, media buku cerita bergambar terbukti efektif dalam meningkatkan asupan lemak pada siswa sekolah dasar.

Media visual seperti cerita bergambar lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak sekolah dasar, sejalan dengan temuan Herawati & Nursalam (2020) yang melaporkan bahwa media edukasi berbasis visual mampu meningkatkan pengetahuan gizi secara bermakna pada anak usia dini. Penelitian Kurniawati et al. (2021) juga mendukung hasil ini dengan menunjukkan bahwa media edukatif yang interaktif dapat mendorong perubahan perilaku makan anak, termasuk peningkatan motivasi untuk mengonsumsi makanan dengan lemak sehat.

Temuan ini diperkuat oleh Wati et al. (2019) yang menyatakan bahwa pendidikan gizi berbasis cerita menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna, mudah diingat, serta dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Kendati demikian, peningkatan konsumsi lemak perlu tetap diawasi agar tidak melebihi kebutuhan harian anak, karena asupan berlebih dapat menimbulkan risiko obesitas. Oleh sebab itu, edukasi gizi berimbang tetap diperlukan untuk memastikan anak tidak hanya meningkatkan konsumsi, tetapi juga memahami jenis serta jumlah lemak yang sesuai bagi kesehatan.