BAB VI
PEMBAHASAN PENELTIAN

6.1 Gambaran Karakteristik Sampel

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin yang paling banyak berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan karakteristik umur, sampel berada pada rentang umur 17-18 tahun. Hal ini sejalan dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014, bahwa remaja adalah kelompok usia 10 tahun sampai berusia 18 tahun. Pada masa ini seringkali memiliki pola perilaku makan yang tidak sehat atau pola makanan yang berisiko dan berdasarkan penelitian yang dilakukan La Ode pada tahun 2012 mengenai tingkat pengetahuan gizi pada remaja menunjukan bahwa rata-rata remaja memiliki tingkat pengetahuan gizi yang kurang (16).

6.2 Pengetahuan Siswa tentang Makanan Berisiko Sebelum dan Sesudah Intervensi Gizi

Pengetahuan yang di uji dalam penelitian ini adalah pengetahuan mengenai makanan berisiko. Pengetahuan tentang makanan berisiko yang disampaikan mengenai pengertian makanan berisiko, jenis-jenis makanan berisiko, batasan konsumsi makanan berisiko, akibat konsumsi makanan berisiko, dan contoh makanan berisiko.

Pengukuran pengetahuan anak mengenai makanan berisiko dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuisoner. Pengetahuan gizi sesorang menurut Suwandono dalam Arimurti (2012) dapat dinilai berdasarkan jawaban responden terhadap pertanyaan yang diberikan sesuai kuioner yang diajukan (73).

Pre test dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dasar responden mengenai makanan berisiko. Berdasarkan hasil analisis pengetahuan saat pre test yang dilakukan pada responden baik laki-laki maupun perempuan dapat dilihat persentase siswa yang mampu menjawab dengan benar beberapa aspek gizi khususnya makanan berisiko yang ditanyaka.. Berdasarkan hasil analisis menunjukan bahwa rata-rata skor pengetahuan pre test responden adalah 71,7.

Berdasarkan uji statistic yang dilakukan terhadap rata rata pengetahuan gizi mengenai makanan berisiko menunjukan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan media video. Rata-rata skor post test siswa setelah diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan media video terjadi peningkatan yaitu sebesar menjadi 90,4. Pengetahuan menurut Marisa (2014) dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya adalah pendidikan atau edukasi. Edukasi merupakan salah satu cara untuk menghasilkan perubahan pada diri manusia, karena melalui pendidikan manusia akan dapat mengetahui segala sesuatu yang belum diketahui sebelumnya. Edukasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi siswa dan membentuk perilaku makan yang baik (74).

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan pengetahuan menurut Puspita (2012) adalah melalui media pendidikan. Media pendidikan berfungsi untuk mengarahkan indra sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah presepsi (75).

Dari hasil uji statistic menggunakna uji *Wilcoxon* menunjukan adanya pengaruh intervensi menggunakan media video terhadap pengetahuan siswa (p=0,000). Jika dilihat dari nilai rata-rata sebelum diberikan edukasi lebih kecil (71,7) dibandingkan dengan nilai rata-rata setelah diberikan edukasi (90,4). Hal tesebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Siwi (2014) yang menyebutkan terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan media video. Menurut penelitian Siwi (2014) media video (audiovisual) sesuai untuk anak remaja khususnya usia sekolah karena dapat mengembangkan imajinasi, menarik perhatian, dan mudah dipahami (76).

Pada penelitian kali ini sampel kurang memahami mengenai kandungan gula pada minuman, batasan konsumsi makanan berisiko, serta akibat dari konsumsi makanan berisiko, hal tersebut ditunjukan oleh hasil pre test pada materi tersebut sebagian besar sampel menjawab tidak tepat, namun setelah diberikan edukasi terdapat peningkatan point jawaban benar pada materi yang sebelumnya banyak belum dipahami.

Dapat disimpulkan edukasi gizi yang dilakukan pada siswa SMAN 1 Cimahi dengan media video berhasil meningkatkan pengetahuan gizi siswa. Hal tersebut disebabkan karena intervensi yang diberikan berupa edukasi gizi dengan materi makanan berisiko berhasil dipahami oleh responden. Praktik yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lama sehingga penting untuk memperoleh pengetahuan gizi dari berbagai sumber seperti sekolah, media cetak, maupun media elektronik.

6.3 Perilaku Makan Siswa tentang Makanan Berisiko Sebelum dan Setelah Intervensi Gizi

Perilaku makan adalah respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Respon ini sudah dalam bentuk tindakan (*action*) yang melibatkan aspek psikomotor atau seseorang telah mempraktekan apa yang di ketahui atau disikapi. Perilaku makan terjadi setelah seseorang mengetahui ilmu kemudian mengadakan penilaian terhadap apa yang diketahui dan memberikan respon dalam bentuk sikap. Proses selanjutnya diharapkan subjek akan melaksanakan apa yang diketahui atau disikapinya (15).

Perilaku makan responden sebelum dan setelah mendapat penyuluhan terlihat ada peningkatan. Untuk skor rata-rata sebelum dilakukan intervensi yaitu rata-rata 123,12 dan setelah dilakukan intervensi rata-rata 128,80. Namun peningkatan skor perilaku tersebut cenderung mengarah ke perilaku makan yang kurang baik karena semakin besar skor perilaku makan responden maka semakin sering responden mengkonsumsi makanan berisiko.

Berdasarkan tabel 5.12 diketahui hasil pengukuran perilaku makan dengan dilakukan uji statistic yaitu uji *Wilcoxon,* tidak ada perbedaan yang bermakna antara rata-rata skor frekuensi perilaku makan sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi dengan meggunakan media video (p=0,909). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Herman (2020) yang menunjukan tidak terdapat perbedaan frekuensi perilaku makan setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media video

(p=1,000) antara sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi atau dengan perkataan lain tidak ada perbedaan secara signifikan antara perilaku makan remaja sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media video tidak mampu memengaruhi perilaku makan siswa. Hasil penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini dilakukan oleh Saputra tentang pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video terhadap perubahan perilaku makan pada siswa SMP Al Chasanah yang menjelaskan bahwa tidak terdapat perbedaan perilaku makan sebelum dan setelah diberikan edukasi dengan media video (77). Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Zalfa tentang pengaruh penyuluhan pesan khusus gizi seimbang dengan media video lagu terhadapat pengetahuan dan perilaku siswa kelas IV sekolah dasar yang menjelaskan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan dengan menggunakan media video terhadap perilaku siswa (78).

Pada penelitian ini tidak ada perbedaan yang bermakna antara rata-rata skor frekuensi perilaku makan sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi dengan meggunakan media video hal ini dapat disebabkan karena lama pemberian intervensi edukasi terlalu singkat, sedangkan untuk mengubah kebiasaan konsumsi memerlukan waktu yang tidak singkat. faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku makan seseorang diantaranya pengaruh teman sebaya, body image, media massa, tingkat ekonomi , suasana dalam keluarga, dan kemajuan industri makanan (79). Namun terjadi penurunan frekuensi makan makanan berisko pada beberapa kategori makanan yaitu pada makanan asin, makanan berlemak dan mie instan.

Perilaku seseorang terbentuk dari pengetahuan terhadap stimulasi akan menimbulkan tindakan. Ketidaktahuan mengenai pengetahuan gizi yang baik pada anak ataupun orang tua menyebabkan remaja sering berperilaku salah dalam mengonsumsi zat gizi dan sering mengkonsumsi makanan berisiko. Remaja sering mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak yang berasal

dari gorengan yang pada dasarnya merupakan makanan yang digemari remaja pada umumnya, Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan gizi sangat efektif untuk merubah dan meningkatkan pengetahuan dan sikap anak terhadap makanan, akan tetapi kurang efektif dalam mengubah perilaku dalam hal ini praktik makan (79).

6.4 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah pemberian edukasi hanya dilakukan 2 kali pemberian dengan durasi pemberian edukasi yang cukup singkat karena keterbatasan waktu yang diberikan oleh pihak sekolah. Pada penelitian ini juga pemberian edukasi dilakukan secara daring sehingga kurangnya interaksi peneliti dengan siswa dan kurangnya pengawasan dalam pengerjaan kuisoner pengetahuan dan perilaku makan.