

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah dasar adalah anak-anak yang memiliki rentang usia antara 6 hingga 12 tahun. Anak-anak di usia sekolah biasanya mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang konsisten. Dengan banyak kegiatan di sekolah seperti belajar, bermain, dan berolahraga, anak-anak memerlukan banyak energi, jadi penting bagi mereka untuk memperhatikan asupan gizi mereka (Mansur *et al.*, 2024).

Perilaku makan sehat pada anak usia sekolah merupakan kebiasaan mengonsumsi makanan yang seimbang dan bergizi, yang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan kognitif, serta mencegah risiko penyakit tidak menular di masa depan. Namun, data global menunjukkan bahwa banyak anak dan remaja belum memenuhi kebutuhan gizi yang optimal, dengan rendahnya konsumsi buah dan sayur serta tingginya asupan makanan olahan tinggi gula dan lemak. Pola makan sehat menjadi salah satu faktor penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. Asupan gizi yang seimbang tidak hanya berperan dalam menjaga kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, konsentrasi belajar, serta daya tahan tubuh anak. Anak usia sekolah berada pada masa pertumbuhan yang pesat sehingga membutuhkan pemenuhan zat gizi yang cukup dan berkualitas. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak usia

sekolah yang memiliki kebiasaan makan yang belum sesuai dengan prinsip gizi seimbang (Habits, 2025).

Gizi yang baik akan meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Indonesia menghadapi berbagai masalah yang berhubungan dengan status gizi anak. Permasalahan gizi utama di Indonesia adalah gizi buruk (*undernutrisi*). Menurut WHO, permasalahan undernutrisi termasuk wasting, stunting dan gizi buruk (*World Health Organization*, 2018). Di Indonesia, 41.9% anak usia sekolah (5-12 tahun) mengalami gizi buruk. Permasalahan gizi lain yang mulai timbul di Indonesia adalah gizi berlebih (*overweight* dan obesitas) Menurut Riskesdas 2013, prevalensi anak gemuk pada usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 18.8%. Oleh karena itu, permasalahan gizi di Indonesia memerlukan penanganan yang tepat (Suryani, 2022).

Di Provinsi Riau, berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi *stunting* tercatat berada pada 17 %, mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 22,3 % pada tahun 2021. Prevalensi *stunting* di Kabupaten Rokan Hulu (Rohul) menunjukkan penurunan signifikan, dari sekitar 27,3% (2018) menjadi 24,3% (2019), dan mencapai 17,9% pada 2021. Meski menurun, angka ini sempat menjadikan Rohul sebagai salah satu lokus *stunting* dengan peringkat tertinggi di Riau pada 2020 (peringkat II-III). Berkat konvergensi, angka turun ke 15,9% (2024) dan 14,7% (awal 2025) Angka ini menunjukkan bahwa meskipun telah terjadi perbaikan dalam beberapa tahun terakhir, masih ada sejumlah anak di Provinsi

Riau Rokan Hulu yang mengalami masalah gizi kronis yang berkaitan dengan pola makan dan status gizi mereka (PPID Provinsi Riau, n.d., 2025).

Perubahan gaya hidup dan perkembangan teknologi turut mempengaruhi pola konsumsi anak. Anak usia sekolah cenderung lebih menyukai makanan cepat saji, jajanan tinggi gula, lemak, dan garam, serta minuman berpemanis, yang mudah ditemukan di lingkungan sekolah maupun di sekitar tempat tinggal. Kebiasaan tersebut apabila berlangsung dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi, seperti gizi kurang, gizi lebih, obesitas, serta gangguan kesehatan lainnya. Salah satu faktor yang berperan penting dalam membentuk pola makan anak adalah tingkat pengetahuan tentang pola makan sehat (Muharry *et al.*, 2024).

Perilaku makan yang tidak sehat ini berkontribusi pada masalah gizi ganda, yaitu kekurangan gizi dan kelebihan berat badan/obesitas, yang menjadi tantangan kesehatan masyarakat di berbagai negara (Muharry *et al.*, 2024).

Anak-anak yang bersekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi, baik itu kekurangan atau kelebihan, yang dapat memengaruhi perkembangan fisik, mental, dan intelektual mereka. Usia 5 hingga 14 tahun merupakan fase penting pertumbuhan yang diiringi dengan banyak aktivitas, sehingga penting bagi mereka untuk memiliki pola makan yang seimbang agar memperoleh nutrisi yang optimal. Ketika terjadi kekurangan gizi, anak bisa menjadi terlalu kurus dan lebih rentan terhadap penyakit, sedangkan kelebihan gizi dapat menyebabkan kegemukan dan meningkatkan kemungkinan terkena

penyakit kronis. Nutrisi yang seimbang memberikan elemen penting bagi tulang, otot, kekuatan tubuh, konsentrasi dalam belajar, dan membantu mencegah masalah kesehatan seperti anemia (Marwan *et al.*, 2025).

Edukasi dan penyuluhan gizi memiliki dampak terhadap peningkatan kesadaran masyarakat dalam memperbaiki status gizi terutama pada anak yang menekankan pada asupan gizi yang baik (Nito *et al.*, 2024). Anak sekolah dasar merupakan siklus yang penting dalam kehidupan dimana anak akan tumbuh dengan optimal jika didukung oleh makanan gizi seimbang. Selain itu, pengetahuan anak akan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Sehingga, anak akan mengimplikasikan beragam aktivitas yang tercermin dalam perilaku pada kehidupan sehari-hari (Putri & Kurniasari, 2022). Guna menunjang peningkatan pengetahuan pada anak sekolah perlu dilakukan inovasi media yang tidak hanya menarik namun merangsang pikiran, perasaan dan motivasi siswa untuk turut serta dalam proses pembelajaran sehingga pesan dan informasi yang ingin disampaikan mudah diterima oleh siswa dan berdampak pada peningkatan pengetahuan (Sulastri *et al.*, 2025).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak adalah melalui kegiatan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan pada anak usia sekolah perlu disampaikan dengan metode dan media yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Media audio visual merupakan salah satu media pembelajaran yang efektif karena mengombinasikan unsur suara dan gambar bergerak, sehingga mampu menarik perhatian anak, meningkatkan minat belajar, serta mempermudah pemahaman materi. Melalui media audio

visual, pesan-pesan tentang pola makan sehat dapat disampaikan secara lebih konkret, menarik, dan mudah dipahami oleh anak(Laisani *et al.*, 2023).

Berdasarkan observasi awal di SDN 002 Rambah merupakan salah satu sekolah dasar yang memiliki siswa dengan latar belakang sosial dan kebiasaan makan yang beragam. Berdasarkan hasil pengamatan awal, masih ditemukan anak yang sering mengonsumsi jajanan tidak sehat dan kurangnya pengetahuan anak tentang pentingnya pola makan sehat. lingkungan sekolah yang berada dekat dengan pusat jajanan, sehingga anak lebih mudah mengakses makanan yang tinggi gula, garam, dan lemak. Selain itu, hasil pengamatan di kantin sekolah menunjukkan masih ditemukannya beberapa jenis makanan dan minuman yang tidak mendukung pola makan sehat, seperti jajanan manis, minuman kemasan tinggi gula, serta makanan olahan.

Kondisi ini berpotensi memengaruhi kebiasaan makan anak dan masalah status gizinya. Kondisi ini juga menunjukkan perlunya intervensi edukasi kesehatan yang tepat dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan anak mengenai pola makan sehat. Penggunaan media audio visual diharapkan dapat menjadi alternatif metode edukasi yang menarik dan mudah diterima oleh anak usia sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Media *Audio Visual* terhadap Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Pola Makan Sehat di SDN 002 Rambah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di sdn 002 rambah ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk Mengetahui pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.
- b. Untuk Mengetahui pengetahuan siswa sesudah diberikan edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.
- c. Untuk Menganalisis pengaruh edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian dan penerapan teori yang telah diperoleh diperkuliahan dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pola makan sehat.

2. Bagi Responden Institusi Tempat Penelitian

Dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa dan guru tentang pengaruh edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan siswa kelas v tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah

3. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan tambahan untuk memperluas ilmu pengetahuan dan menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya bagi mahasiswa khususnya mahasiswi studi kebidanan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Sebagai referensi dan bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kesehatan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Variabel	Hasil
1	Suci Adriyani, Ratih Kurniasari 2022	Pengaruh Edukasi Melalui AudioVisual (Animasi) Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar	Quasi Eksperimental rancangan pre-test and post-test control group. Sample 15 Orang	- Edukasi Melalui Audio Visual (Anmasi) - Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar	Hasil pada penelitian menunjukkan paling banyak anak sekolah dasar memiliki usia 12 tahun (46,7%), anak sekolah dasar dominan berjenis kelamin laki-laki (53,3%) dan status gizi pada anak sekolah dasar paling banyak memiliki kategori normal (80%). Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan pada anak sekolah dasar.
2	Erlin Puspita, Husnul Khatimah, Vera Suzana Dewi Haris, Zeni Zaenal Mutaqin 2024	Pemanfaatan media audiovisual untuk edukasi gizi seimbang di sdn 01 cilandak barat jakarta selatan	Pre-test, memberikan edukasi mengenai gizi seimbang, melakukan post test dan memberikan makanan tambahan. Sample diikuti oleh 66 siswa.	- Pemanfaatan media audiovisual - edukasi gizi seimbang di sdn 01 cilandak barat jakarta selatan	hasil analisis terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap pada anak sekolah mengenai gizi seimbang setelah diberikan edukasi gizi seimbang melalui audio visual. Kegiatan penyuluhan gizi seimbang sebaiknya menjadi kegiatan rutin pada anak sekolah, sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai gizi seimbang serta membantu sekolah dalam menerapkan pemilihan makanan jajanan yang aman dan sehat sehingga dapat mencegah masalah-masalah gizi
3	Ummi Kalsum Marwan, Nur Ainin Alfi, Hasra Ryska, Tenri Puli, Jihan Fadhillah Arsyad, Dewi 2025	Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Media Video dalam Meningkatkan Pemahaman Pola Makan Seimbang pada Anak Sekolah Dasar	Pre-test, pemutaran video edukatif dari YouTube, diskusi interaktif, kuis, dan post-test. Sample melibatkan 100 siswa kelas 5 dan 6.	- Edukasi Gizi Berbasis Media Video - Pemahaman Pola Makan Seimbang pada Anak Sekolah Dasar	Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa, dari kategori Sangat Baik sebesar 13,9% menjadi 28,3% dan penurunan kategori Kurang dari 13,9% menjadi 5%. Edukasi berbasis video terbukti menjadi strategi yang efektif dan menyenangkan dalam meningkatkan pemahaman anak tentang pentingnya sarapan dan gizi seimbang.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Tinjauan Teori

1. Anak Usia Sekolah

a. Definisi

Undang-Undang Republik Indonesia No. 23 Tahun 2022 tentang “Perlindungan Anak” pasal 1 ayat 1 mengatur bahwa anak adalah seseorang yang belum mencapai usia 18 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 menyebutkan bahwa anak adalah setiap orang yang batas usianya 18 tahun, termasuk bayi yang masih di dalam kandungan. Anak adalah setiap orang yang masih tumbuh dan berkembang serta memerlukan kebutuhan khusus seperti kebutuhan psikis, fisik, sosial dan spiritual.

Anak usia SD dalam perkembangannya memiliki karakteristik yang unik. Berbagai teori membahas tentang karakteristik anak usia SD sesuai dengan aspek-aspek yang ada pada anak. Beberapa teori tersebut di antaranya yaitu teori kognitif, teori psikososial, teori moral, teori perkembangan fisik dan motorik.

b. Teori-Teori tentang karakteristik anak

1) Perkembangan Kognitif Anak Usia SD

Teori perkembangan kognitif yang dikemukakan oleh Piaget menyatakan bahwa anak usia SD pada umumnya berada pada tahap

operasional konkret untuk anak dengan rentang usia 7 sampai 11 tahun. Tahap operasional konkret merupakan tahap ketiga dari tahap-tahap perkembangan kognitif menurut Piaget. Pada tahap ini anak sudah dapat melakukan penalaran secara logis untuk hal-hal yang bersifat konkret, sedangkan untuk hal-hal yang bersifat abstrak masih belum mampu. Anak sudah mampu mengklasifikasikan objek konkret ke dalam kelompok yang berbeda (Adelar, S. B & Saragih, 2003). Selama masa SD terjadi perkembangan kognitif yang pesat pada anak. Anak mulai belajar membentuk sebuah konsep, melihat hubungan, dan memecahkan masalah pada situasi yang melibatkan objek konkret dan situasi yang tidak asing lagi bagi dirinya. Anak juga sudah mulai bergeser dari pemikiran egosentris ke pemikiran yang objektif ((Slavin, 2011)50-51). Anak mampu mengerti adanya perpindahan pada hal yang konkret serta sudah memahami persoalan sebab akibat. Anak mampu memaknai suatu tindakan dianggap baik atau buruk dari akibat yang ditimbulkan(Suparno, 2022).

2) Perkembangan Psikososial Anak Usia SD

Perkembangan psikososial dalam teori Erikson memberikan pandangan bahwa manusia dalam perkembangan psikososialnya mengalami perubahan-perubahan sepanjang hidupnya. Terdapat delapan tahapan yang harus dilalui oleh manusia dengan setiap tahapannya terdapat beberapa krisis yang harus dihadapi(Sunaryo,

2023). Setiap tahapan perkembangan manusia dibentuk oleh pengaruh sosial dalam diri manusia sehingga matang secara fisik dan psikologis (Sunaryo, 2004). Pandangan Erikson terhadap perkembangan psikososial anak usia SD menekankan pada proses-proses sadar yang dialami anak ketika berinteraksi sosial Teori Erikson mengelompokkan anak Usia SD (6-12 tahun) ke dalam tahap *industry versus inferiority* (berkarya versus perasaan rendah diri) (Semiun, 2022).

3) Perkembangan Moral Anak Usia SD

Moralitas akhir-akhir ini menjadi sorotan terkait dengan beberapa kasus yang menimpa dunia pendidikan, misal kasus *agresivitas*, pelecehan seksual, dan sebagainya. Dasar perkembangan seseorang dalam berperilaku moral menjadi penting untuk dipelajari sebagai bentuk antisipasi di masa depan. menjelaskan bahwa perkembangan moral merupakan suatu konsep tentang peraturan-peraturan dan nilai-nilai yang menjadi dasar sikap seseorang ketika berinteraksi dengan orang lain. (Adelar, S. B & Saragih, 2003). Menurut Santrock terdapat tiga domain utama dalam perkembangan moral yaitu pemikiran, tingkah laku dan perasaan. (Gunarsa, 2008) menyatakan bahwa perkembangan moral merupakan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dalam bentuk sikap/perilaku sebagai hasil dari interaksi seseorang dengan norma-norma atau nilai-nilai sosial masyarakat. Pengertian tentang

konsep perkembangan moral tersebut menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan memiliki moral yang baik atau buruk sangat erat kaitannya dengan norma dan nilai yang ada di lingkungan sosialnya. Ukuran moralitas menjadi sangat penting jika dikaitkan dengan perkembangan anak. Anak sejatinya adalah makhluk yang murni.

Anak-anak yang berumur antara enam hingga dua belas tahun dikenal sebagai anak usia sekolah. Seorang anak dianggap memasuki usia sekolah apabila anak tersebut sudah mulai memasuki lingkungan sekolah. Hal ini berkaitan dengan hubungan/interaksi anak dengan teman sebayanya, sehingga anak lebih mandiri dalam beraktivitas pada masa ini. Pada usia ini anak mengalami beberapa perubahan perilaku, fisik serta mengalami perkembangan sosial yang ditandai dengan anak lebih aktif bermain dan sudah mulai menggali rasa ingin tahunya (Krisnanto and Fitriana 2021).

Anak usia sekolah dasar merupakan anak yang sebenarnya masih dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan yang meliputi aspek pertumbuhan intelektual, pertumbuhan emosi dan pertumbuhan fisik dimana setiap anak mengalami percepatan pertumbuhan yang berbeda-beda sehingga menimbulkan keunikan tersendiri pada setiap anak (Rosyabella 2023). Namun perlu diperhatikan bahwa dalam pertumbuhannya anak perlu pengawasan dan bantuan untuk

menciptakan keseimbangan antara emosi dan kemampuan yang dihasilkannya.

c. Karakteristik anak usia sekolah

Karakteristik anak usia sekolah (6-12 tahun) menurut (Gunarsa 2022) dalam yaitu:

1) Umur

Pada fase pendidikan antara usia 6 hingga 12 tahun, anak-anak menjalani periode pembelajaran yang mencakup pengalaman di sekolah dan di luar lingkungan tersebut. Mereka harus melewati berbagai tantangan perkembangan yang mencakup peningkatan kemampuan fisik, pembentukan sikap yang konstruktif, interaksi sosial dengan rekan sebaya, penemuan identitas pribadi, penguasaan keterampilan dasar, pemahaman tentang konsep-konsep yang relevan dalam kehidupan sehari-hari, serta pengembangan moral serta nilai-nilai sosial.

2) Jenis kelamin

Faktor gender memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan setiap individu selama kehidupan mereka. Setiap tahun, anak-anak mengalami berbagai tekanan dari budaya yang berasal dari berbagai sumber seperti orang tua, teman, guru, dan masyarakat secara luas. Tekanan tersebut dapat berdampak pada cara pola perilaku dan sikap individu berkembang mengikuti norma-norma yang berkaitan dengan gender mereka.

3) Urutan anak

Urutan kelahiran di dalam keluarga adalah elemen yang berperan dalam membentuk karakteristik unik anak, yang selanjutnya memengaruhi interaksi mereka dalam komunitas dan dengan saudara-saudara. Anak-anak di usia sekolah memiliki banyak ciri yang membuat mereka berbeda satu sama lain. Beberapa dari mereka dapat sangat energik dan menikmati bermain, ada yang merasa sulit untuk tenang, atau lebih memilih untuk berkolaborasi dengan orang lain. Selain itu, mereka cenderung sangat peka terhadap pengalaman yang mereka jalani dan menikmati melakukan aktivitas dengan merasakannya secara langsung.

d. Tanggung jawab perkembangan anak pada rentang usia 6 hingga 12 tahun

- 1) Belajar keterampilan fisik yang dibutuhkan.
- 2) Pengembangan sikap terhadap diri sendiri sebagai individu yang sedang berkembang
- 3) Berkawan dengan teman sebaya
- 4) Belajar melakukan peranan sosial sebagai laki-laki dan wanita
- 5) Belajar menguasai keterampilan dasar membaca, menulis, dan berhitung.
- 6) Perkembangan konsep yang dibutuhkan dalam kehidupan anak.
- 7) Pengembangan moral, nilai, dan kata hati.

- 8) Mengembangkan sikap terhadap kelompok dan lembaga-lembaga sosial (Khaulani, 2020)

2. Pola Makan Sehat

a. Definisi

Pola makan sehat adalah perilaku mengonsumsi makan dengan gizi seimbang guna menjaga kesehatan tubuh. Seperti yang diketahui, pola makan seseorang sangat berpengaruh pada kondisi tubuhnya. Pola makan sehat adalah upaya untuk mengatur porsi dan jenis makanan sehat yang dikonsumsi agar dapat mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Pola makan sehat adalah perilaku membiasakan diri untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi setiap hari. Makanan yang bergizi berupa daging, sayuran, buah-buahan, dan lain-lain.

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh seseorang atau kelompok dengan memperhatikan informasi gambaran kebutuhan gizi yang tepat untuk mempertahankan kesehatan, menjaga status nutrisi, serta mencegah atau membantu kesembuhan suatu penyakit. Dalam pola makan, pengaturan makanan mencakup perhatian terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang sesuai kebutuhan tubuh agar kondisi kesehatan tetap optimal.(Adekta *et al.*, 2024).



Gambar 2.1. Piramida gizi seimbang dan isi piringku

(Sumber : ayosehat.kemkes.go.id)

b. Komponen Makanan dan Jenis Makanan

Komponen makanan adalah zat-zat gizi yang terkandung dalam makanan yang diperlukan tubuh, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat. Sementara itu, jenis makanan adalah kelompok makanan yang dikonsumsi setiap hari untuk memenuhi kebutuhan zat gizi tersebut. Pedoman Isi Piringku yang disusun oleh Kemenkes menyatakan bahwa makanan sehat sebaiknya mencakup:

- 1) Zat Energi : Karbohidrat Makanan pokok, seperti nasi, jagung, sagu, tepung, dan umbi-umbian dan lemak sebagai sumber energi.
- 2) Zat Pembangun : Sumber protein Lauk pauk hewani, seperti ikan, daging, telur dan nabati, seperti tahu, tempe dan kacang-kacangan.
- 3) Zat Pengatur : Sayuran dan buah-buahan sebagai sumber vitamin, mineral, dan serat penting untuk pencernaan tubuh. Dalam konteks ini, jenis makanan dirancang agar mencakup berbagai kelompok

bahan pangan yang berbeda setiap hari, sehingga kebutuhan zat gizi tubuh dapat terpenuhi secara optimal.

c. Frekuensi Makan

Frekuensi makan adalah gambaran berapa kali makanan dikonsumsi dalam satu hari. Frekuensi makan yang baik dan teratur membantu tubuh mendapatkan energi dan zat gizi pada waktu yang tepat sepanjang hari. Dalam praktik yang dianjurkan secara umum, frekuensi makan meliputi:

- 1) Makan pagi (sarapan)
- 2) Makan siang
- 3) Makan malam
- 4) Makanan selingan atau camilan sehat di antara waktu makan utama.

Frekuensi makan yang cukup dan teratur berkaitan dengan kebiasaan makan yang sehat dan status gizi yang lebih baik pada anak sekolah, karena membantu menjaga asupan energi sepanjang hari dan mencegah pola konsumsi yang tidak teratur.

d. Jumlah Makan / Porsi Makan dalam Sehari

Jumlah makanan atau porsi makan adalah banyaknya makanan yang dikonsumsi oleh individu dalam satu kali makan maupun sepanjang hari. Porsi yang tepat adalah bagian penting dari gizi seimbang, dimana setiap kali makan sebaiknya menggabungkan beberapa kelompok bahan makanan dalam komposisi yang sesuai

kebutuhan tubuh. Menurut prinsip Isi Piringku dari Kemenkes, porsi setiap kali makan terdiri dari:

- 1) ½ piring sayur dan buah
- 2) ½ piring makanan pokok + lauk pauk

Untuk memastikan tubuh mendapat cukup karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dan serat setiap hari(Isi Piringku_ Pedoman Makan Kekinian Orang Indonesia, n.d.2025).

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Sehat Anak Usia Sekolah

1) Pengetahuan

Pengetahuan tentang makanan sehat dan gizi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi pola makan anak. Meskipun pengetahuan tidak selalu menjamin perubahan perilaku, beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak dengan pengetahuan nutrisi yang lebih baik cenderung memiliki kebiasaan konsumsi makanan yang lebih sehat dibandingkan sebagian anak yang pengetahuannya rendah, meskipun lingkungan dan akses makanan tidak selalu mendukung(Yunus., 2025).

2) Pendidikan orang tua

Pendidikan orang tua berkaitan erat dengan pola makan anak karena memengaruhi kemampuan orang tua dalam memilihkan makanan yang tepat, memahami pentingnya gizi seimbang, dan menerapkan kebiasaan makan sehat di rumah.

Beberapa studi menunjukkan bahwa pendidikan orang tua, khususnya ibu, berhubungan dengan praktik pemberian makanan kepada anak dan status gizi mereka, di mana tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung dikaitkan dengan perilaku makan yang lebih sehat pada anak (Putri *et al.*, 2025).

3) Faktor kebiasaan dan pola asuh orangtua

Kebiasaan makan keluarga merupakan salah satu faktor sosial yang kuat memengaruhi pola makan anak. Anak belajar memilih makanan dari apa yang mereka lihat dan praktekkan setiap hari di rumah. Pola asuh orang tua dalam hal pemberian makanan, waktu makan bersama keluarga, serta aturan keluarga tentang makanan turut membentuk kebiasaan makan anak (Rais *et al.*, 2024).

4) Faktor Lingkungan sekolah

Sekolah sebagai lingkungan penting bagi anak turut memengaruhi pola makan mereka. Lingkungan sekolah mencakup ketersediaan makanan di kantin, budaya makan bersama teman, dan program pendidikan gizi sekolah. Beberapa penelitian menekankan bahwa lingkungan sekolah dapat menjadi tempat efektif untuk edukasi gizi dan promosi pola makan sehat, terutama apabila didukung dengan kebijakan makanan sehat di kantin dan program UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) (Rais *et al.*, 2024).

5) Faktor media dan iklan

Media dan iklan juga ikut memengaruhi pola makan anak karena paparan terhadap iklan makanan cepat saji, camilan tinggi gula, dan minuman manis dapat memicu preferensi makanan yang kurang sehat. Media dan iklan di Indonesia menunjukkan hubungan antara paparan iklan di media dan konsumsi jajanan tidak sehat oleh siswa, yang menunjukkan bahwa media dapat mendorong pilihan makanan yang kurang sehat di kalangan anak sekolah.

6) Faktor ekonomi

Status ekonomi keluarga merupakan faktor penting lainnya dalam pola makan sehat anak. Pendapatan keluarga menentukan akses terhadap makanan bergizi yang beragam, termasuk buah, sayur, protein hewani, dan produk susu. Keluarga dengan kemampuan ekonomi yang lebih baik lebih memungkinkan untuk menyediakan variasi makanan sehat bagi anak, sedangkan keterbatasan ekonomi dapat membatasi pilihan makanan, sehingga mempengaruhi pola makan dan status gizi anak (Rais *et al.*, 2024).

f. Makanan sehat dan cara terbaik untuk mengonsumsinya

1) Mengonsumsi Makanan yang Bergizi.

Kunci utama dari pola makan sehat, yakni mengonsumsi makanan yang mengandung nutrisi yang baik bagi tubuh. Cara pengolahan makanan juga perlu diperhatikan, apakah cara yang

digunakan menghilangkan nutrisi yang dikandung oleh suatu pangan. Cara menerapkannya adalah dengan mengonsumsi lima kelompok pangan setiap hari atau setiap kali makan. Kelima kelompok pangan tersebut adalah makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan dan minuman.

2) Mengurangi Konsumsi Garam, Gula, dan Minyak.

Tips kedua untuk menerapkan pola makan sehat ialah dengan membatasi jumlah asupan gula, minyak, dan garam tiap harinya. Konsumsi minyak yang berlebihan dapat menyebabkan dapat meningkatkan risiko kanker. Konsumsi gula berlebih meningkatkan risiko obesitas, kanker, diabetes tipe II, penyakit kardiovaskular, dll, sedangkan garam berlebih bisa menyebabkan tekanan darah tinggi dan stroke.

3) Membiasakan Sarapan Pagi

Sarapan pagi memiliki manfaat penting bagi kesehatan tubuh. Sarapan pagi dapat membantu seseorang agar fit ketika melaksanakan sejumlah aktivitas sehari-hari. Sayangnya, orang-orang masih belum membiasakan sarapan setiap pagi. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif.

4) Penuhi Kebutuhan Cairan Tubuh

Selain makanan yang bergizi, manusia juga memerlukan sejumlah cairan agar tetap terhidrasi dengan baik. Cara memenuhi kebutuhan cairan tubuh ialah dengan meminum air putih minimal 8 gelas per hari guna tetap menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat.

5) Tambah Asupan Protein

Anjuran pola makan yang pertama adalah menambah asupan protein. Protein merupakan nutrisi utama yang dibutuhkan tubuh untuk pembentukan otot, kulit, hormon, serta hampir semua sel dan jaringan pada sistem organ tubuh. Selain itu, sumber makanan berprotein tinggi juga bermanfaat untuk menurunkan berat badan. Hal ini karena kandungan protein dapat meningkatkan metabolisme tubuh sehingga massa otot dan pembakaran lemak bertambah serta memberikan efek kenyang lebih lama.

6) Konsumsi lemak baik

Ada dua jenis lemak yang baik untuk tubuh, yaitu lemak tak jenuh tunggal dan lemak tak jenuh ganda seperti asam lemak omega-3. Menurut penelitian, kedua jenis lemak ini dapat meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL) darah dan menurunkan risiko terkena penyakit jantung dan stroke. Asupan harian lemak sehat yang direkomendasikan adalah 50–80 gram per hari. Sumber makanan yang mengandung lemak baik meliputi alpukat, kacang-kacangan seperti kacang almond dan kacang mete, minyak sayur

seperti minyak zaitun dan minyak canola, selai kacang, ikan salmon, tahu, serta kacang kedelai.

7) Pilih karbohidrat kompleks

Selain protein dan lemak sehat, nutrisi lain yang diperlukan tubuh adalah karbohidrat kompleks. Seperti halnya protein, karbohidrat kompleks merupakan sumber energi untuk tubuh. Di dalam karbohidrat kompleks terkandung vitamin, mineral, dan serat. Nasi, pasta, roti, kacang-kacangan, biji-bijian, brokoli, wortel, apel, dan pisang adalah contoh makanan yang mengandung karbohidrat kompleks dan baik untuk kesehatan tubuh.

8) Konsumsi susu dan produk olahan susu

Yoghurt mengandung protein hewani, kalsium, kalium, vitamin B2, vitamin B12, dan magnesium. Salah satu produk olahan susu ini juga diketahui kaya akan bakteri baik atau probiotik yang diduga dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kesehatan saluran cerna. Yoghurt diduga mampu mengatasi diare pada anak-anak dan melancarkan pencernaan. Agar lebih nikmat, Anda bisa mengonsumsi yoghurt dengan potongan buah segar, seperti stroberi, nanas, atau taburi dengan flaxseed.

9) Konsumsi serat

Ahli gizi juga menganjurkan untuk selalu memenuhi asupan serat. Serat sangat baik untuk memelihara kesehatan pencernaan, terutama usus. Beberapa jenis serat juga dapat

membantu Anda menurunkan berat badan dan gula darah serta mengatasi konstipasi. Asupan harian serat yang direkomendasikan adalah 25 gr untuk wanita dan 38 gr untuk pria. Beberapa contoh makanan yang mengandung serat tinggi adalah buah pir, stroberi, apel, pisang, buah bit, brokoli, lentil, sereal, bubur gandum, biji chia, dan ubi.

3. Edukasi Kesehatan

a. Definisi

Edukasi kesehatan adalah usaha terencana untuk menyebarkan pengaruh terhadap kesehatan orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga perilaku sasaran dapat sesuai dengan yang diharapkan oleh pemberi edukasi dan promosi kesehatan. Di dalam definisi ini juga terkandung poin-poin meliputi input (pendidik dan sasaran edukasi kesehatan), proses (rencana dan strategi), serta output (melakukan sesuai dengan yang diharapkan). Hasil yang diharapkan dari edukasi atau promosi kesehatan adalah peningkatan perilaku sehingga terpeliharanya kesehatan oleh sasaran dari edukasi kesehatan (Notoadmojo, 2018)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) “Media adalah alat (sarana) komunikasi seperti koran, majalah, radio, televisi, film, poster, dan Spanduk. Media adalah sesuatu yang dapat dijadikan untuk komunikasi, media dapat berupa dalam bentuk audiovisual ataupun bentuk cetak. Media seharusnya dapat diperbarui, dapat

dilihat, dapat didengar dan dirasakan oleh penggunanya. Adapun media juga memiliki batasan, namun dari batasan tersebut media juga memiliki persamaan yaitu bahwa pada dasarnya media merupakan segala sesuatu yang difungsikan untuk menyampaikan pesan dari seseorang kepada orang lain dengan tujuan menarik perhatian, minat belajar, hati dan menghasut pikiran sehingga terjadi kegiatan proses pembelajaran yang diinginkan (Sinaga *et al.*, 2023).

b. Jenis Edukasi Kesehatan

1) Media cetak

Media cetak pada umumnya terdiri dari gambaran sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna. Adapun macam-macamnya adalah: Poster, Leaflet, Majalah, Surat kabar, Lembar balik, Sticker, dan pamflet. Fungsi utama media cetak ini adalah memberi informasi dan menghibur.

2) Media elektronika

Media elektronika yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronika. Adapun macam-macam media tersebut adalah: TV, Radio, Film, Video film, Cassete, CD, VCD. Media cetak, yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual.

3) Media luar ruang

Media luar ruang yaitu media yang menyampaikan pesannya di luar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronika secara statis, misalnya: papan reklame yaitu poster dalam ukuran besar yang dapat dilihat secara umum di perjalanan, spanduk yaitu suatu pesan dalam bentuk tulisan dan disertai gambar yang dibuat di atas secarik kain dengan ukuran tergantung kebutuhan dan dipasang di suatu tempat strategi agar dapat dilihat oleh semua orang. Adapun macam-macam media tersebut adalah: pameran, banner.

c. Tujuan Edukasi Kesehatan

Tujuan edukasi kesehatan adalah memperbaiki perilaku dari yang semula tidak sesuai dengan norma kesehatan atau merugikan kesehatan ke arah tingkah laku yang sesuai dengan norma kesehatan atau menguntungkan kesehatan. Edukasi kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain:

- 1) Tercapainya perbaikan perilaku pada sasaran dalam memelihara dan membina perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
- 2) Perilaku sehat yang sesuai dengan konsep hidup sehat terbentuk pada individu, keluarga, dan masyarakat secara fisik, sosial, maupun mental sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian.

- 3) Menurut WHO, edukasi kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan (Makkhfudli, 2021).

4. Media *Audio Visual*

a. Definisi

Audio menurut kamus bahasa indonesia artinya suatu hal yang sifatnya bisa didengar, visual artinya dapat dilihat oleh mata, sedangkan audiovisual terlihat dan terdengar. Media *audio visual* dapat diartikan sebagai media yang memiliki komponen audio sekaligus gambar. (Amelia, 2022). Media audiovisual berperan sebagai alat yang banyak digunakan untuk menyampaikan pengetahuan, informasi, ide, gagasan dalam bentuk presentasi yang biasa ditemukan dalam dunia pembelajaran seperti di perkuliahan, sekolah atau perkantoran. (Ahmad, 2019). Menurut (Harjanto, 2022) jenis media audiovisual dibagi menjadi dua yaitu:

- 1) *Audio visual* Diam, yaitu media yang mempertunjukkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (sounds slides), film bersuara, cetakan audio.
- 2) *Audio visual* Bergerak, media yang tersedia mengandung unsur suara dan gambar bergerak seperti film audio dan kaset video.

b. Manfaat Media Pembelajaran *Audio Visual*(Fadillah., 2023).

- 1) Film dan vidio dapat melengkapi pengalaman-pengalaman dasar dari siswa saat mereka membaca, berdiskusi, praktik dan lainnya. Film merupakan pengganti alam sekitar dan bahkan dapat menunjukkan objek yang secara normal tidak dapat dilihat, seperti cara kerja jantung yaang berbunyi.
 - 2) Film dan vidio dapat menggambarkan suatu proses secara tepat dan dapat disaksikan secara berulang-ulang.
 - 3) Selain meningkatkan motivasi, film dan vidio menanamkan sikap dan segi-segi efektif lainnya.
 - 4) Film dan vidio mengandung nilai-nilai positif dapat mengundang pemikiran dan pembahasan dalam kelompok siswa.
 - 5) Film dan vidio dapat ditunjukkan kepada kelompok besar dan kelompok kecil.
- 1) Kelebihan dan Kekurangan *Audio Visual* (Vladimir, 2023)
- Kelebihan Audio visual*
- a) Media *audio visual* dapat memberikan pengalaman belajar yang tidak dapat dipelajari secara langsung. Misalnya, ketika siswa mempelajari kehidupan di dasar laut, mereka dapat belajar melalui film karena tidak mungkin menyuruh siswa untuk menyelam. Hal yang sama berlaku untuk materi abstrak lainnya.

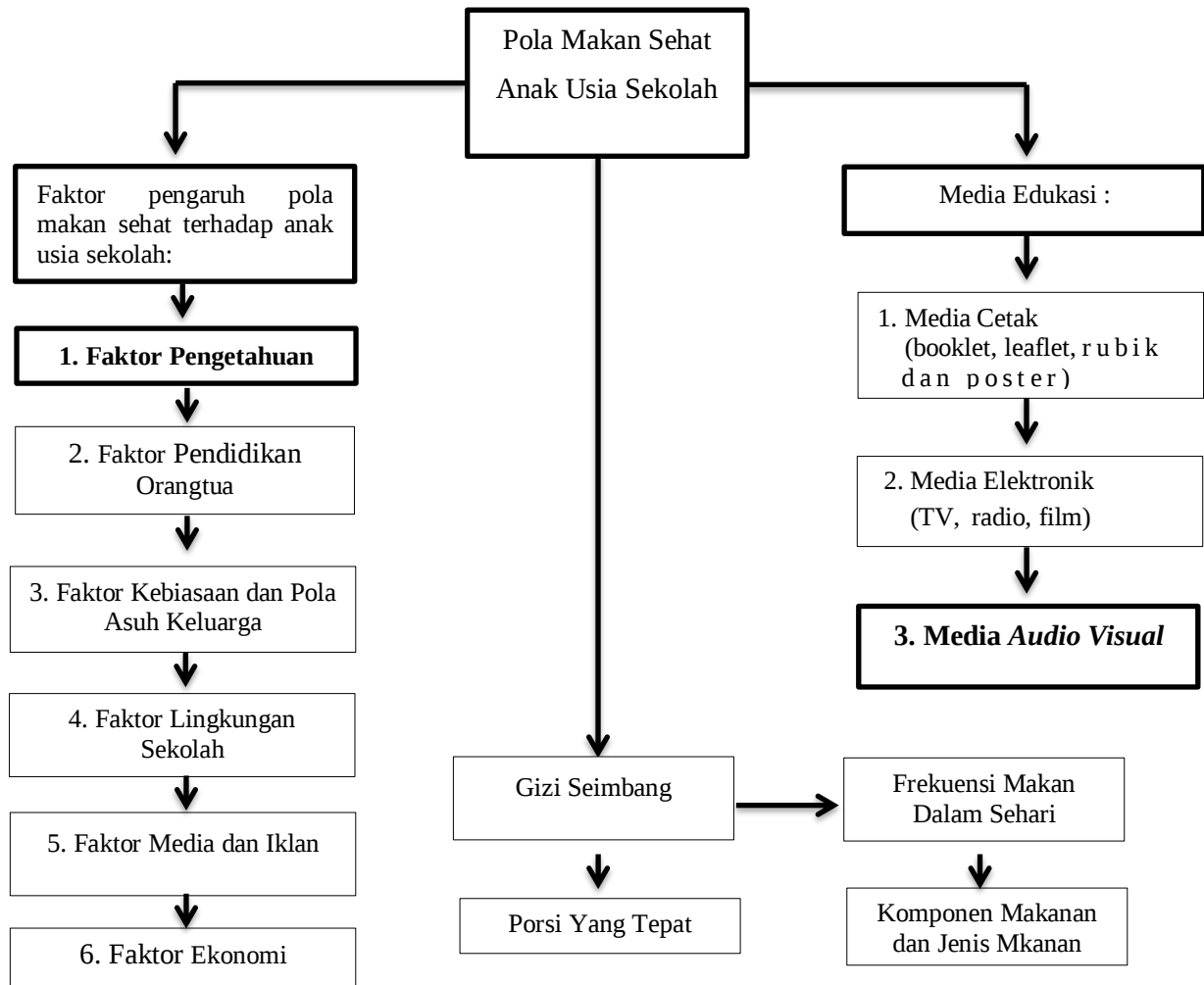
- b) Media *audio visual* juga memungkinkan belajar lebih bervariasi, sehingga motivasi dan semangat belajar meningkat.
- c) Media *audio visual* dalam batas-batas tertentu dapat berfungsi sebagai sarana pembelajaran, memungkinkan siswa belajar secara mandiri tanpa bergantung sepenuhnya pada kehadiran seorang guru.

2) Kekurangan *Audio visual*

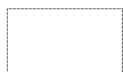
- a) Butuh biaya yang cukup mahal untuk pengadaannya.
- b) Tergantung daya listrik untuk penggunaannya, jadi tidak bisa dinyalakan di sembarang tempat.
- c) Sifat komunikasinya satu arah, sehingga tidak dapat memberikan kesempatan umpan balik.

B. Kerangka Teori

Kerangka teori penelitian ini menggambarkan hubungan antar edukasi Tingkat pengetahuan anak usia sekolah dengan media *audio visual* di SDN 002 Rambah dan factor pengaruh pola makan sehat.



Keterangan :



Variabel yang tidak diteliti



Variabel yang di teliti

Bagan 2.1 kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



D. Hipotesis

Ha : Ada terdapat pengaruh edukasi dengan media *audio visual* terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one group pretest and posttest design*. Pada *design* ini terdapat *pre test and post test* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dimana penelitian ini digunakan untuk melihat pengaruh edukasi dengan Media *Audio visual* terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah. Rancangan ini juga tidak ada kelompok pembandingan (Kontrol).

O1-----X-----O2

Bagan 3.1 Desain Penelitian

Keterangan :

- O1 : Pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi media *audio visual* (Pre test).
- X : Memberikan intervensi menggunakan media *audio visual* pada siswa di SDN 002 Rambah di hari bersamaan setelah pretest (intervensi).
- O2 : Pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi media *audio visual* (Post test).

2. Rancangan Penelitian

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre experimental* dengan Desain Penelitian *One Group Pre- Test and Post - Test Design*. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi kemudian di observasi lagi setelah diberikan intervensi.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang terdapat di SDN 002 Rambah sebanyak 50 orang.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah 50 orang siswa kelas V SDN 002 Rambah.

3. Teknik sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu jenis pengambilan sampel di mana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Total sampling pada penelitian ini adalah siswa kelas V di SDN 002 Rambah Kabupaten Rokan Hulu. Dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

C. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SDN 020 Rambah Kabupaten Rokan Hulu

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 02 April 2026

D. Variabel Penelitian

1. Variabel independen (variabel bebas) berupa edukasi Media *Audio Visual*.
2. Variabel dependen (variabel terikat) berupa pengetahuan anak usia sekolah tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala	Hasil
Edukasi	Edukasi media audio visual Adalah suatu system pembelajaran yang dirancang untuk memudahkan anak usia sekolah memahami Kesehatan dan pengetahuan mengenai pola makan sehat.	-	Memberikan pengetahuan tentang edukasi media audio visual	-	-
Pengetahuan anak usia sekolah tentang pola makan sehat	Segala hal yang diketahui oleh responden (anak usia sekolah) terkait edukasi media <i>audio visual</i> mengenai pola makan sehat dan faktor yang mempengaruhi pengetahuan anak usia sekolah terkait pola makan sehat, serta dampak ataupun manfaat dari edukasi media <i>audio visual</i> bagi anak usia sekolah kuosioner terdiri dari 20 pertanyaan tentang pola makan sehat pada saat pretest dan posttest setelah diberikan edukasi menggunakan media <i>audio visual</i>	Kuesioner	Mengisi kuesioner	Rasio	Skor pengetahuan dari 0-100

F. Jenis Data

Menurut (Priadana & Sunarsi, 2021) jenis data berdasarkan sumber terdiri atas:

1. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti sendiri.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diikumpulkan oleh orang lain, bukan peneliti itu sendiri.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Pada penelitian ini, data primer diperoleh dengan melakukan observasi langsung di sekolah dan menggunakan lembar Kuesioner sebanyak 20 pertanyaan, terhadap 50 orang responden, serta lembar observasi identitas diri dari responden. Metode kuesioner adalah metode pengumpulan data dalam penelitian ini melauai sejumlah pertanyaan tertulis untuk memperoleh informasi terhadap pengetahuan siswa/i tentang edukasi media audio visual tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah.

2. Data Sekunder

Pada penelitian ini, data sekunder berupa dokumen laporan diperoleh dari pihak sekolah

H. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi tentang variabel yang diteliti yang digunakan sebagai alat bantu terhadap responden. Instrumen pada penelitian ini Adalah kuesioner yang di isi oleh responden.

I. Pengolahan Data

Metode pengolahan data menurut(Priadana, s & Sunarsi, 2022) Terdiri dari beberapa tahapan. Tahapan-tahapan yang harus kita lalui dalam mengolah data yaitu:

1. Pengumpulan Data

Pada tahapan ini, kita mengumpulkan data-data yang dibutuhkan.

2. Penyuntingan (*Editing*)

Yang dimaksud dengan editing dalam analisa data adalah kegiatan memeriksa kelengkapan dan kejelasan pengisian instrumen pengumpulan data, seperti daftar pertanyaan yang telah dikembalikan oleh responden.

3. Pengodean (*Coding*)

Coding dalam penelitian yaitu proses identifikasi dan klasifikasi dengan memberikan simbol berupa angka pada tiap jawaban responden berdasarkan variabel yang diteliti. Setelah semua lembar observasi diedit atau disunting selanjutnya dilakukan peng ”kodean” atau “coding” ,yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan(Notoadmojo, 2018).*Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (data entry), pengelompokan data serta

pemberian kode atau nilai pada Langkah – Langkah yang dilakukan untuk mempermudah dalam memasukkan data dan analisis data (Fitri, 2020).

4. Tabulasi

Pada tahapan ini kita melakukan data entri, menyusun, dan menghitung data yang telah dikodekan ke dalam tabel.

J. Analisis Data

Analisa data dilakukan dengan menggunakan pengukuran terhadap masing– masing responden lalu masukkan dalam tabel distribusi frekuensi, kemudian presentasikan masing- masing variable responden lalu melakukan pembahasan dengan menggunakan teori yang ada.

1. Univariat

Suatu tabel yang menggambarkan pengkajian data dan pengumpulan data beberapa variabel dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Adapun variabel yang akan di analisis adalah umur, kelas, serta pengetahuan siswa/I sebelum dan sesudah diberikan Edukasi media audio visual tentang pola makan sehat di SDN 002 Rambah,

2. Bivariat

Analisa *bivariat* yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berpengaruh. Dalam analisis bivariat ini dilakukan beberapa tahap, antara lain:

- 1) Analisis proporsi atau presentasi dengan membandingkan distribusi silang antara dua variabel yang bersangkutan.

- 2) Analisis dari hasil uji statistik T dependen. Melihat dari hasil uji statistik ini akan dapat disimpulkan adanya pengaruh dua variabel tersebut bermakna atau tidak bermakna.

K. Etika Penelitian

Etika kebidanan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian. Mengingat penelitian kebidanan berpengaruh langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Etika yang harus diperhatikan antara lain:

a. Informed Comment

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden peneliti dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed Consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *Informed Consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia maka mereka harus menanda tangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien.

b. Anonymity

Etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

c. Confidentiality

Etika penelitian memberikan jaminan kerahasiaan dalam penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya.