



Window of Public Health
Journal

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4315>

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN IBU RUMAH TANGGA TENTANG KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI LINGKUNGAN LINDAJANG

^KKarmila¹, Andi Asrina², Nurul Hikmah B³, Harpiana Rahman⁴, Fariyah Muhsanah⁵

^{1,2,4}Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Peminatan Administrasi Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muslim Indonesia

⁵Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): milaagussalim18@gmail.com

milaagussalim18@gmail.com¹, andi.asrina@umi.ac.id², nurulhikmahb@umi.ac.id³

harpianarahman@umi.ac.id⁴, fariyah.muhsanah@gmail.com⁵

ABSTRAK

Menjaga pola makan yang baik dan sehat sangat penting selama pandemi COVID-19. Meskipun penting konsumsi buah dan sayur tapi masih banyak masyarakat terutama ibu rumah tangga yang tidak menyiapkan. Konsumsi buah dan sayur pada masa pandemi COVID-19 Sangat penting bagi pola hidup manusia karena dengan mengkonsumsi buah dan sayur maka masyarakat dapat menjaga kesehatan sehingga virus tidak mudah masuk kedalam tubuh dan dengan itu dapat memutuskan rantai penyebaran virus corona. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi Experiment dengan pre post test two group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 40 sampel. Data dalam penelitian ini diperoleh dari pengisian kuesioner dan observasi, lalu dianalisis dengan uji Mc.Nemar pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Dari hasil penelitian diperoleh bahwa ada pengaruh tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan melalui media video edukasi diperoleh nilai pengetahuan $p=0,004 < 0,05$, sikap $p=0,006 < 0,05$, ada perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan melalui metode ceramah diperoleh nilai pengetahuan $p=0,016 < 0,05$, sikap $p=0,031 < 0,05$ ada perbedaan efektivitas promosi kesehatan menggunakan media video edukasi dan metode ceramah pada pengetahuan dan sikap diperoleh media video edukasi nilai $p=0,000$ dan metode ceramah nilai $p=0,001$, artinya bahwa media video edukasi lebih efektif dibandingkan metode ceramah. Diharapkan pemberian informasi secara masif terkait dengan kesehatan kepada ibu rumah tangga terutama terkait tentang konsumsi buah dan sayur di masa pandemi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Media Video Edukasi, Metode Ceramah Video, Pengaruh.

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 5 Agustus 2022

Received in revised form : 23 Agustus 2022

Accepted : 16 Mei 2023

Available online : 30 Juni 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Maintaining a good and healthy diet is very important during the COVID-19 pandemic. Although it is important to consume fruits and vegetables, there are still many people, especially housewives, who do not prepare them. Consumption of fruit and vegetables during the COVID-19 pandemic is very important for human lifestyles because by consuming fruits and vegetables, people can maintain health so that the virus does not easily enter the body and thus can break the chain of spreading the corona virus. This type of research is quantitative research with Quasi Experiment design with pre post test two group design. The sampling technique used a total sampling of 40 samples. The data in this study were obtained from filling out questionnaires and observations, then analyzed with the Mc.Nemar test at a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). From the results of the study, it was found that there was an influence on the level of knowledge and attitudes before and after being given health promotion through educational video media, the knowledge value was $p = 0.004 < 0.05$, attitude was $p = 0.006 < 0.05$, there were differences in the level of knowledge and attitudes before and after given health promotion through the lecture method, knowledge values obtained $p = 0.016 < 0.05$, attitudes $p = 0.031 < 0.05$ there is a difference in the effectiveness of health promotion using educational video media and the lecture method on knowledge and attitudes obtained by educational video media, $p = 0.000$ and lecture method p value = 0.001 , meaning that educational video media is more effective than the lecture method. It is hoped that the massive provision of information related to health to housewives, especially regarding the consumption of fruits and vegetables during the pandemic.

Keywords: Knowledge, Attitude, Educational Video Media, Video Lecture Method, Influence.

PENDAHULUAN

Konsumsi buah dan sayur pada masa pandemi covid-19 sangat penting bagi pola hidup manusia karena dengan mengkonsumsi gizi seimbang maka masyarakat dapat menjaga kesehatan sehingga virus tidak mudah masuk kedalam tubuh dan dengan itu dapat memutuskan rantai penyebaran virus corona¹. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan konsumsi buah dan sayur sebanyak 400-600 gram per hari untuk mencegah terjadinya penyakit kronis. Selain itu, berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang, anjuran mengonsumsi buah dan sayur di Indonesia sebesar 2-3 porsi buah atau setara dengan 150 gram buah per hari dan 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram sayur per hari.²

Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 ditemukan secara keseluruhan penduduk Indonesia yang berumur 25 tahun ke atas mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 5 porsi/hari selama 7 hari dalam seminggu hanya 4,5% - 4,7% dari hasil data riskesdas 2013 -2018 menunjukkan bahwa prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur di Sulawesi Selatan terus meningkat dari 85,5% menjadi 95,5%. Dari data Riskesdas Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018 pada anak umur 5 tahun keatas yang mengonsumsi buah dan sayur dari proporsi makan 1-2 porsi/hari hanya 57,5%, 34 porsi/hari hanya 27,0% dan ≥ 5 porsi/hari hanya 9,2%. Dari data awal yang diperoleh dari profil kesehatan Kabupaten Luwu tahun 2021 bahwa masih tergolong rendah yang mengonsumsi buah dan sayur di Kabupaten Luwu yaitu sebanyak 48,4%.³

Dimasa pandemi pola konsumsi masyarakat seharusnya mengalami perubahan yang signifikan yang sebelumnya sangat tergolong kurang, sekarang menjadi konsumtif terhadap buah dan sayur⁴. Hal ini ditujukan untuk memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh agar tidak rentan terhadap penyakit pada masa pandemi seperti saat ini. Cara yang dapat dilakukan untuk menjaga daya tahan tubuh, salah satunya yaitu dengan mengonsumsi buah dan sayur⁵ Salah satu yang dapat mempengaruhi konsumsi sayur dan

buah diantaranya perilaku orang tua, pengetahuan orang tua, ketersediaan buah dan sayur dalam rumah tangga dan konsumsi buah dan sayur pada anak.⁶ Keluarga terutama orang tua sebagai lingkungan terdekat dengan anak ataupun sebaliknya membangun kebiasaan makan buah dan sayur anak sejak dini, selain itu pengetahuan mengenai buah dan sayur penting untuk diketahui.⁷

Ketersediaan buah dan sayur adalah ada atau tidaknya buah dan sayur dirumah meliputi frekuensi buah dan sayur yang disediakan. Ketersediaan buah dan sayur dirumah memiliki hubungan yang bermakna dengan konsumsi buah dan sayur.⁸ Kurang konsumsi buah dan sayur juga bisa berdampak bagi kesehatan seperti menimbulkan gangguan penglihatan, meningkatkan kolestrol darah, risiko kegemukan, kanker kolon, sembelit, dan dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh. Selain itu, dampak kesehatan lainnya jika tubuh kekurangan konsumsi buah dan sayur tubuh akan berisiko terkena berbagai penyakit degeneratif seperti kanker, stroke, diabetes, hipertensi, dan obesitas.⁹ Masyarakat harus membiasakan mengonsumsi aneka ragam makanan pokok. Batasi konsumsi makanan yang manis, asin, dan berlemak¹⁰. Perbanyak aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal. Lakukan kebiasaan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi. Perbanyak makan buah dan sayuran karena sayuran dan buah-buahan kaya akan vitamin dan zat gizi yang baik untuk tubuh.¹

Berdasarkan hasil data awal yang di lihat dari Puskesmas Suli Barat yaitu : Lingkungan Buntu Tangke, Lingkungan Saludidi, Lingkungan Lindajang, Lingkungan Limbong. Lingkungan Lindajang yang akan dijadikan sebagai lokasi penelitian terkait dengan konsumsi buah dan sayur pada ibu rumah tangga. Hal ini karena Lingkungan Lindajang merupakan Lingkungan yang masih rendah konsumsi buah dan sayur. Hal ini di ketahui dari petugas puskesmas bahwa pada tahun 2020 kurang konsumsi buah dan sayur 9,4% dan pada tahun 2021 kurang konsumsi buah dan sayur 7,9%. Pada Lingkungan Lindajang menurut petugas kesehatan puskesmas konsumsi buah dan sayur ini bahwa bisa jadi konsumsi buah dan sayur ini rendah karena efek dari pandemi karena masalah ekonomi pendapatan keluarga itu menurun sehingga tidak banyak kebutuhan primer yang tidak terpenuhi. Berdasarkan data awal juga yang didapatkan dari petugas kesehatan bahwa di masa pandemi belum pernah dan masih kurang memberikan edukasi terkait konsumsi buah dan sayur untuk peningkatan imunitas di masa pandemic.¹¹

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan kembali pada tanggal 3-5 Januari 2022 di Lingkungan Lindajang dengan wawancara 10 orang ibu rumah tangga yang di peroleh 80% orang ibu menyatakan tidak ada penyediaan menu buah dan sayur khusus sebagai konsumsi makan keluarga selama pandemi karena adanya bahwa buah dan sayur di masa pandemi belum tentu dapat meningkatkan daya tahan tubuh lebih. Ibu rumah tangga juga menyatakan bahwa sayur-sayuran selama ini di konsumsi yang biasa saja sebelum masa pandemi seperti kangkung, daun singkong dan daun pepaya itu tidak pernah berubah selama masa pandemi jadi tidak ada peningkatan pemberian sayur selama masa pandemi jadi tidak ada perbedaan saat pandemi dan sebelum pandemi karena kadang mengonsumsi sayur hanya 1 macam saja dan ibu rumah tangga juga menyatakan untuk konsumsi buah-buahan juga tidak harus di siapkan secara khusus karna buah mahal dan ibu beranggapan bahwa buah tidak di haruskan sama dan sebelum masa pandemi dan adanya anggapan bahwa menambah buah-buahan selama masa pandemi itu

lebih mahal. Apalagi buah-buahan yang mahal saat pandemi sedangkan terdapat 20% orang ibu yang menyatakan selalu menyediakan buah dan sayur dalam rumah di masa pandemi karena mengetahui pentingnya konsumsi buah dan sayur di masa pandemi dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Ibu rumah tangga juga menyatakan bahwa pemberian sayur-sayuran selama masa pandemi itu penting begitupun juga buah-buahan meskipun buahnya yang mudah untuk di dapatkan seperti pisang dan pepaya meskipun tidak ada buah khusus yang di berikan pada masa pandemi.

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian menggunakan *Quasi Experiment* dengan *pre dan post test two group design* untuk mengetahui pengaruh media video edukasi dan metode ceramah terhadap pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga tentang konsumsi buah dan sayur pada masa pandemi di Lingkungan Lindajang Kabupaten Luwu Tahun 2022”.

HASIL

Analisis Univariat

a. Karakteristik Reponden

Umur

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Rumah Tangga Pada Lingkungan Lindajang Tahun 2022

Kelompok Media Video Edukasi		
Umur	N	%
26-35	6	30,0
36-45	14	70,0
Total	20	100
Kelompok Metode Ceramah		
Umur	N	%
26-35	9	45,0
36-45	11	55,0
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 40 responden dibagi menjadi 2 kelompok yang masing-masing berjumlah 20 responden. Diketahui pada kelompok media video edukasi jumlah responden yang berumur 26-35 tahun yaitu sebanyak 6 orang (30,0%) dan responden yang berumur 36-45 yaitu sebanyak 14 orang (70,0%). Sedangkan pada kelompok metode ceramah jumlah responden yang berumur 26-35 yaitu sebanyak 9 orang (45,0%) dan responden yang berumur 36-45 yaitu sebanyak 11 orang (55,0%).

Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu Rumah Tangga Pada Lingkungan Lindajang Tahun 2022

Kelompok Media Video Edukasi		
Pendidikan Terakhir	n	%
SMP	3	15,0
SMA	17	88,0
Total	20	100
Kelompok Metode Ceramah		
Pendidikan Terakhir	n	%
SMP	4	20,0
SMA	15	85,0
S1	1	5,0
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 40 responden dibagi menjadi 2 kelompok yang masing-masing berjumlah 20 responden. Diketahui pada kelompok media video edukasi jumlah responden yang memiliki pendidikan terakhir SMP sebanyak 3 orang (15,0%) dan untuk pendidikan terakhir SMA sebanyak 17 orang (88,0%). Sedangkan, pada kelompok metode ceramah jumlah responden yang memiliki pendidikan terakhir SMP sebanyak 4 orang (20,0%), untuk pendidikan terakhir SMA sebanyak 15 orang (75,0%) dan untuk pendidikan terakhir S1 sebanyak 1 orang (5,0%).

b. Pengetahuan

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pre Post Test Pengetahuan Melalui Media Video Edukasi pada Ibu Rumah Tangga Lingkungan Lindajang Tahun 2022

No	Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%
1	Baik	10	50,0	19	95,0
2	Kurang	10	50,0	1	5,0
Total		20	100	20	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan intervensi diketahui dari 20 responden hanya terdapat 10 orang (50,0%) yang memiliki kategori pengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi melalui media video edukasi terjadi peningkatan menjadi 19 orang (95,0%) yang memiliki pengetahuan baik. Dalam penelitian ini kategori pengetahuan baik yang dimaksud yaitu apabila pengetahuan ibu rumah tangga memahami konsumsi buah dan sayur, jenis-jenis buah dan sayur, manfaat buah dan sayur, mengetahui manfaat mengonsumsi buah dan sayur dan dampak kekurangan buah dan sayur dan baik apabila skor jawaban responden $\geq 50\%$ dan dikatakan kurang apabila skor jawaban $< 50\%$. Sedangkan berdasarkan hasil tabel 5.3 pada pengetahuan sebelum diberikan intervensi ditemukan sebanyak 10 orang (50,0%) yang memiliki pengetahuan kurang, setelah diberikan intervensi terjadi penurunan menjadi 1 orang (5,0%) yang memiliki pengetahuan kurang.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Pre Post Test Pengetahuan Melalui Metode Ceramah pada Ibu Rumah Tangga Tahun 2022

No	Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%
1	Baik	11	55,0	18	90,0
2	Kurang	9	45,0	2	10,0
Total		20	100	20	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan intervensi diketahui dari 20 responden hanya terdapat 11 orang (55,0%) yang memiliki kategori pengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi melalui metode ceramah terjadi peningkatan menjadi 18 orang (90,0%) yang memiliki pengetahuan baik. Dalam penelitian ini kategori pengetahuan baik yang dimaksud yaitu apabila pengetahuan ibu rumah tangga memahami konsumsi buah dan sayur, jenis-jenis buah dan sayur, manfaat buah dan sayur, mengetahui manfaat mengkonsumsi buah dan sayur dan dampak kekurangan buah dan sayur dan baik apabila skor jawaban responden $\geq 50\%$ dan dikatakan kurang apabila skor jawaban $< 50\%$. Sedangkan berdasarkan hasil diketahui pada pengetahuan sebelum diberikan intervensi ditemukan sebanyak 9 orang (45,0%) yang memiliki pengetahuan kurang, setelah diberikan intervensi terjadi penurunan menjadi hanya 2 orang (10,0%) yang memiliki pengetahuan kurang.

Analisis Bivariat

a. Pengaruh Media Video Edukasi dan Metode Ceramah Terhadap Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Masa Pandemi

Tabel 5. Pengaruh Media Video Edukasi dan Metode Ceramah Terhadap Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Masa Pandemi Tahun 2022

Metode Media Video Edukasi						
No	Pengetahuan	Pre Test		Post Test		Selisih
		n	%	n	%	
1	Baik	10	50,0	19	95,0	45
2	Kurang	10	50,0	1	5,0	45
Total		20	100	20	100	
Metode Ceramah						
No	Pengetahuan	Pre Test		Post Test		Selisih
		n	%	n	%	
1	Baik	11	55,0	19	96,0	41
2	Kurang	9	45,0	1	4,0	41
Total		20	100	20	100	

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa ada pengaruh pada hasil pre post test media video edukasi dengan hasil pre post test media video edukasi terhadap konsumsi buah dan sayur. Pada media video edukasi menunjukkan bahwa pengetahuan ibu rumah tangga sebelum diberikan intervensi diketahui dari 20 responden hanya terdapat 10 orang (50,0%) yang memiliki kategori pengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi melalui media video edukasi terjadi peningkatan menjadi 19 orang

(95,0%) yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan berdasarkan hasil tabel diketahui pada pengetahuan ibu rumah tangga sebelum diberikan intervensi ditemukan sebanyak 10 orang (50,0%) yang memiliki pengetahuan kurang, setelah diberikan intervensi melalui media video edukasi terjadi penurunan menjadi hanya 1 orang (5,0%) yang memiliki pengetahuan kurang.

Berdasarkan tabel, pada metode ceramah menunjukkan bahwa pengetahuan ibu rumah tangga sebelum diberikan intervensi diketahui dari 25 responden hanya terdapat 11 orang (55,0%) yang memiliki kategori pengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi melalui metode ceramah ditemukan terjadi peningkatan menjadi 24 orang (96,0%) yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan berdasarkan hasil tabel diketahui pada pengetahuan kurang sebelum diberikan intervensi ditemukan sebanyak 9 orang (45,0%) yang memiliki pengetahuan kurang dan setelah diberikan intervensi melalui metode ceramah terjadi penurunan menjadi hanya 1 orang (5,0%) yang memiliki pengetahuan kurang.

b. Analisis multivariat *Mc.Nemar*

Tabel 6. Hasil Perhitungan Analisis Multivariat dengan Menggunakan Uji Statistik *Mc.Nemar*

Media Video Edukasi		
	Value	Asymp.Sig (2-tailed)
McNemar Test		0,004
N of Valid	20	0,016
Metode Ceramah		
	Value	Asymp.Sig (2-tailed)
McNemar Test		0,016
N of Valid	20	0,031

Mc.Nemar Test

Binomial distribution used

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa pengujian data menggunakan uji statistik *Mc.Nemar*, pada pengetahuan melalui media video edukasi menunjukkan nilai $p = 0,004$ dimana nilai $p < 0,05$ dan pada sikap melalui media video edukasi menunjukkan nilai $p = 0,016$ dimana juga nilai $p < 0,05$. Pada pengetahuan melalui metode ceramah menunjukkan nilai $p = 0,016$ dimana nilai $p < 0,05$ dan pada sikap melalui metode ceramah menunjukkan nilai $p = 0,031$ dimana juga nilai $p < 0,05$. Dengan demikian, tabel di atas menunjukkan bahwa media video ($p = 0,000 < 0,05$) lebih berpengaruh atau lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah ($p = 0,001 < 0,05$).

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Umur

Dalam penelitian ini jumlah responden sebanyak 40 ibu rumah tangga yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok media video edukasi dan metode ceramah yang dalam masing-masing kelompok terdiri dari 20 responden. Pada kelompok media video edukasi sebagian besar ibu rumah

tangga berusia 26-35 tahun yaitu hanya 6 responden (30,0%) dan umur 36-45 tahun terdapat 14 responden (70,0%). Pada kelompok metode ceramah sebagian besar ibu rumah tangga berusia 26-35 tahun hanya 9 responden (45,0%) dan umur 36-45 tahun terdapat 11 responden (55,0%). Umur yang cukup akan mempengaruhi tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih dan kekuatan seseorang lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa di percaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal disebabkan meningkatnya umur akan meningkat pula pengalaman dan kematangan jiwa. Jadi semakin meningkat umur dimungkinkan semakin banyak pula pengalaman akan meningkatkan tingkat pengetahuan.¹²

Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami. Pendidikan juga proses membimbing manusia dari kegelapan, kebodohan, ke arah pencerahan pengetahuan.¹³ Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang di miliknya.¹⁴ Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Dalam penelitian ini jumlah responden sebanyak 40 ibu rumah tangga yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok media video edukasi dan metode ceramah yang dalam masing-masing kelompok terdiri dari 20 responden. Pada kelompok media video edukasi yang berpendidikan SMP hanya 3 responden (15,0) dan yang berpendidikan SMA terdapat 17 responden (85,0%). Pada kelompok metode ceramah yang berpendidikan SMP hanya 4 responden (20,0%), berpendidikan SMA sebanyak 15 responden (75,0%) dan berpendidikan S1 hanya 1 responden (5,0%).

Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi konsumsi Buah dan Sayur Melalui Media Video Edukasi

Pengertian Pengetahuan menurut Notoatmodjo (2014), adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Sebelum dilakukan intervensi pengetahuan melalui media video edukasi pada ibu rumah tangga hasil yang didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu rumah tangga dengan kategori baik sebanyak 10 (50,0%) dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 10 (50,0%). Hal ini disebabkan karena ibu rumah tangga tidak mendapatkan informasi secara detail mengenai buah dan sayur. Mereka hanya ketahui selama ini mengenai buah dan sayur hanya sebatas sistem kesehatan saja belum mengetahui secara jelas mengenai sayur dan buah mengandung vitamin dan akibat jika kekurangan buah dan sayur. Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman serta informasi yang di dapatkan seperti dari petugas kesehatan, apabila penyuluhan jarang dilakukan maka akan mempengaruhi pengetahuan ibu rumah tangga karena mereka kurang mendapatkan informasi.

Setelah diberikan intervensi melalui media video edukasi yang berisi tentang apa kegunaan makanan bagi tubuh, apa akibat jika kekurangan vitamin dan tentang kandungan-kandungan buah dan sayur dengan durasi media video kurang lebih selama 10 menit dan meminta ibu rumah tangga untuk memperhatikan dan menyimak dengan baik. Setelah 3 hari kemudian pengetahuan ibu rumah tangga

kembali diukur dengan menggunakan kuesioner post test.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Agus Hendra Al Rahmad.¹⁵ dalam penelitiannya yang berjudul yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh antara hasil pengetahuan konsumsi buah dan sayur pada ibu rumah tangga untuk pretest dan posttest melalui media video terhadap pengetahuan ibu rumah tangga.

Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Makan Buah Dan Sayur Melalui Metode Ceramah

Pengertian pengetahuan menurut Jujun S Suriasumantri (1996;104), “Pengetahuan hakekatnya adalah segenap yang di ketahui manusia mengenai suatu objek tertentu yang merupakan khasanah kekayaan mental diperoleh melalui rasional dan pengalaman”. Apa yang diketahui atau hasil dari pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari kenal, sadar, insaf, mengerti, dan pandai. Jadi semua pengetahuan itu adalah milik dari isi pikiran. Dalam pengertian lain, pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal. Sebelum dilakukan intervensi pengetahuan melalui metode ceramah edukasi pada ibu rumah tangga hasil yang didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu rumah tangga dengan kategori baik sebanyak 11 (55,0%) dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 9 (45,0%). Hal ini disebabkan karena ibu rumah tangga tidak mendapatkan informasi secara detail mengenai buah dan sayur. Yang mereka ketahui selama ini mengenai buah dan sayur hanya sebatas sistem kesehatan saja belum mengetahui secara jelas mengenai sayur dan buah mengandung vitamin dan akibat jika kekurangan buah dan sayur. Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman serta informasi yang di dapatkan seperti dari petugas kesehatan, apabila penyuluhan jarang dilakukan maka akan mempengaruhi pengetahuan ibu rumah tangga karena mereka kurang mendapatkan informasi.

Setelah diberikan intervensi melalui metode ceramah yang berisi tentang informasi seputar konsumsi buah dan sayur dengan durasi penyampaian kurang lebih selama 10 menit dan intervensi dilakukan dengan menyampaikan materi secara lisan dan meminta ibu rumah tangga untuk memperhatikan dan menyimak dengan baik. Setelah 3 hari kemudian pengetahuan ibu rumah tangga kembali diukur dengan menggunakan kuesioner post test. Hasil analisis setelah diberikan intervensi melalui metode ceramah menunjukkan terjadinya peningkatan pada pengetahuan yaitu menjadi sebanyak 18 orang (90,0%) yang memiliki pengetahuan baik dan pengetahuan ibu rumah tangga dengan kategori kurang menurun menjadi 2 orang (10,0%). Hal ini bisa terjadi karena penyampaian bahan ajaran atau materi yang dilakukan secara lisan, metode yang paling mudah dan efisien tanpa membutuhkan media untuk menyampaikan suatu informasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ervi Rachma Dewi (2022) yang menunjukkan bahwa responden sebelum diberikan intervensi rata-rata 9,72 dan meningkat 10,20 pada skor posttest. Sedangkan nilai sikap pada pretest 9,10 dan pada post test 7,50 artinya terjadi penurunan dari skor sebelum dengan skor sesudah intervensi. Maka dapat disimpulkan bahwa metode ceramah dengan media flip chart berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan, akan tetapi tidak berpengaruh

terhadap sikap remaja tentang HIV/AIDS.¹⁶

Pengaruh Media Video Edukasi dan Metode Ceramah yang Paling Berpengaruh Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur di Masa Pandemi

Konsumsi buah dan sayur pada masa pandemi covid-19 sangat penting bagi pola hidup manusia karena dengan mengonsumsi gizi seimbang maka masyarakat dapat menjaga kesehatan sehingga virus tidak mudah masuk kedalam tubuh dan dengan itu dapat memutuskan rantai penyebaran virus corona¹⁷

Hasil penelitian dengan uji statistik *Mc.Nemar* menunjukkan pada pengetahuan melalui media video edukasi menunjukkan nilai $p = 0,004$ dimana nilai $p < 0,05$ dan pada sikap melalui media video edukasi menunjukkan nilai $p = 0,016$ dimana juga nilai $p < 0,05$. Pada pengetahuan melalui metode ceramah menunjukkan nilai $p = 0,016$ dimana nilai $p < 0,05$ dan pada sikap melalui metode ceramah menunjukkan nilai $p = 0,031$ dimana juga nilai $p < 0,05$. Dengan demikian, tabel di atas menunjukkan bahwa media video ($p = 0,000 < 0,05$) lebih berpengaruh atau lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah ($p = 0,001 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada perbedaan efektivitas promosi kesehatan menggunakan media video edukasi dengan media video edukasi pada pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga tentang konsumsi buah dan sayur di masa pandemi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadilah dkk (2019) yang menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh dari kedua kelompok dapat disimpulkan bahwa metode audiovisual dan metode ceramah sama-sama efektif dengan nilai efektivitas pada kelompok media audiovisual lebih tinggi dibandingkan dengan metode ceramah. Setelah dilakukan tes signifikansi didapatkan $p\text{-value} = 0,00$ ($p < 0,05$)¹⁸, artinya ada perbedaan bermakna terhadap efektivitas media audiovisual dan metode ceramah dalam menyampaikan informasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Lingkungan Lindajang mengenai pengaruh metode ceramah dan media video terhadap pengetahuan dan sikap pada ibu rumah tangga tentang konsumsi buah dan sayur di masa pandemi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas promosi kesehatan menggunakan metode ceramah dengan media video pada pengetahuan ibu rumah tangga tentang buah dan sayur di masa pandemi dan media video lebih efektif dibandingkan metode ceramah.

Diharapkan untuk menggunakan metode promosi kesehatan yang lebih efektif dan berpengaruh yaitu media video terhadap pengetahuan ibu rumah tangga terhadap konsumsi buah dan sayur di masa pandemi di Lingkungan Lindajang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Athiyah SU. edukasi konsumsi buah dan sayur pada siswa sekolah dasar melalui simulasi kuartet. Published online 2021:1-36. http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/6007/2/K11116052_skripsi1-2.pdf
2. Muna NI, Mardiana M. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *Sport Nutr J*. 2019;1(1):1-11. doi:10.15294/spnj.v1i1.31187
3. Kemenkes. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementeri Kesehat RI*. 2019;1(1):1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
4. Angraini dkk. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan. 2019;126(1):1-7.
5. Pramana dkk. Pola Konsumsi Rumah Tangga Terhadap Buah Dan Sayur di Masa Pandemi Covid 19 DI Kelurahan Tumgugulwulung Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Published online 2021.
6. Prestiyowati P. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan media Audiovisual Terhadap Kemampuan Psikomotor Cuci Tangan Pada Anak Berkebutuhan Khusus (Tunagrahit). Published online 2019.
7. Nopiyanto dkk. Pola Hidup Sehat Dengan Olahraga dan Asupan Gizi Untuk Meningkatkan Imun Tubuh Menghadapi Covid-19. *Dharma Raflesia J Ilm Pengemb dan Penerapan IPTEKS*. 2020;18(2):90-100. doi:10.33369/dr.v18i2.13008
8. Widarti, Armah Z, Herman, Rahayu S. Jurnal Media Analis Kesehatan ISSN : 2621-9557 (Print) ISSN : 2087-1333 (Online). 2021;12(1):56-65.
9. Ramayanti F, Daliyah CA, Akmal Z, Sulastri E. Edukasi Pencegahan Covid-19 Serta Meningkatkan Imun Tubuh Pada Anak Usia Dini di Masa Pandemic. Published online 2021.
10. Nafrin IA. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Perkembangan Pendidikan Indonesia di Masa Pandemi Covid-19 Abstrak. 2021;3(2):456-462.
11. Kemenkes. Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi Covid-19. Published online 2020.
12. Nadhiroh H, Permatasari TAE. edukasi gizi seimbang selama pada masa pandemi covid-19 bagi. Published online 2021:63-68. doi:10.24853/jpmt.4.2.63-68
13. Fadhilah Dina. Efektifitas Penyuluhan tentang Sayuran Menggunakan Media “Kartu Sayuran” terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar. *J Nutr*. 2017;19(2):100. doi:10.29238/jnutri.v19i2.258
14. Silalahi Verarica. Peranan Pendidikan Gizi Pada Guru Dalam Meningkatkan Asupan Sayur Dan Buah Anak Sekolah. *Care J Ilm Ilmu Kesehat*. 2018;6(3):253. doi:10.33366/cr.v6i3.1039
15. Septimar ZM, Rustami M, Wibisono AY. Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *J Menara Med*. 2020;3(1):66-73. https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/article/view/2199&ved=2ahUKEWja66i_paDtAhU263MBHdUiAsUQFjAAegQIAxAB&usg=AOvVaw0bUdEhasRIBe0InxidIHJo
16. Nugroho S. Pengaruh Video Healthy Eating Terhadap peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Konsumsi Sayur dan Buah Siswa Sekolah. *Japanese J Radiol Technol*. 2019;49(5):785. doi:10.6009/jjrt.KJ00003534360
17. Tuzzahroh Fatima. Pengaruh Peyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media Video, Poster dan

- Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta. 2015;151:10-17. doi:10.1145/3132847.3132886
18. Sri Sumarmi. Kerja Harmoni Zat Gizi dalam Meningkatkan Imunitas Tubuh Terhadap Covid-19: Mini Review Harmony of Nutrients to Improve Immunity Against Covid-19: A Mini Review. *Amerta Nutr.* 2020;4(3):250-256. doi:10.20473/amnt.v4i3.2020.250-256