

KEEFEKTIFAN PENYULUHAN TENTANG PENTINGNYA SARAPAN DENGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN RESPON SISWA SDN JATI KECAMATAN TAROKAN KEDIRI

Fatma Nurfirdausi Santoso

Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga 2015, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
(Fatmasantoso@mhs.unesa.ac.id)

Dr. Siti Sulandjari. M.Si

Dosen Program Studi Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya
(Sitisulandjari@unesa.ac.id)

ABSTRAK

Permainan ular tangga merupakan permainan yang dimainkan oleh dua orang atau lebih dengan menggunakan papan permainan, yang mana papan permainan tersebut digunakan sebagai media penyuluhan tentang sarapan. Penelitian ini bertujuan 1) Mengetahui perubahan pengetahuan siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri setelah penyuluhan sarapan dengan media permainan ular tangga. 2) Mengetahui respon siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri terlaksana penyuluhan sarapan dengan media permainan ular tangga. 3) Mengetahui keefektifan penyuluhan sarapan dengan menggunakan media permainan ular tangga pada siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri. Jenis penelitian adalah *quasi experimental*. Desain penelitian yang digunakan *pre test treatment post test*. Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel bebas adalah penggunaan media permainan ular tangga tentang sarapan, variabel terikat adalah perubahan pengetahuan siswa dan orang tua, dan respon siswa dan orang tua setelah penyuluhan berlangsung. Analisis data dilakukan dengan statistik bantuan SPSS uji T. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa dan orang tua sebesar 32,56 untuk siswa dan 32,95 untuk orang tua, dan menunjukkan bahwa adanya nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 karena $p < 0,0$. Hasil respon siswa dan orang tua termasuk dalam kategori sangat baik. Hal tersebut menunjukkan penggunaan media permainan ular tangga efektif sebagai media penyuluhan tentang sarapan terhadap siswa dan orang tua di SDN Jati Kecamatan Tarokan Kediri.

Kata kunci : penyuluhan, media, permainan ular tangga, sarapan.

ABSTRACT

*Snakes and ladders game is a game that is played by two or more people using board games, which are used as a media counseling about breakfast. This study aims to 1) Determine the change in knowledge of students of SDN Jati Sub-district of Tarokan Kediri after counseling breakfast with snake ladder media. 2) Knowing the response of students of SDN Jati, Tarokan Kediri subdistrict, breakfast counseling was carried out using snakes and ladders game media. 3) Determine the effectiveness of breakfast counseling by using a snake ladder media game on students of SDN Jati Sub-district of Tarokan Kediri. This type of research is quasi experimental. The study design used was pre-test post-test treatments. The variables in this study include the independent variable is the use of snakes and ladders game media about breakfast, the dependent variable is the change in the knowledge of students and parents, and the response of students and parents after counseling takes place. Data analysis was performed with SPSS statistical assistance of T test. The results showed that there were increased knowledge of students and parents by 32.56 for students and 32.95 for parents, and showed that there was a significance value (p) of 0,000 because $p < 0.0$. The results of students and parents' responses are included in the excellent category. This shows the effective use of snake ladder media as a counseling media about breakfast for students and parents in SDN Jati, Tarokan Kediri District. **Keywords** : counseling, media, snake and ladder games, breakfast.*

PENDAHULUAN

Anak merupakan salah satu investasi suatu bangsa, karena anak adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa yang akan datang ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Salah satu ciri-ciri anak yang berkualitas yaitu dari tumbuh kembang anak yang baik, yang akan membentuk generasi yang sehat dan cerdas. Di katakan sehat bukan hanya sekedar tidak adanya penyakit maupun cacat. Status gizi merupakan bagian dari sector kesehatan yang penting dan yang mendapatkan perhatian serius dari pemerintah dalam rangka membentuk pondasi bagi kesehatan anak. Status gizi merupakan suatu keadaan yang berhubungan dengan asupan makan dan penggunaannya didalam tubuh. Semakin seimbang pola asupan makan maka semakin baik status gizi.

Salah satunya pola asupan yaitu makan pagi. Makan pagi merupakan makanan yang dikonsumsi sebelum atau pada awal kegiatan sehari-hari, dalam waktu dua jam setelah bangun tidur, biasanya tidak lewat dari jam 10.00 dengan asupan kalori sekitar 20–35% dari total kebutuhan energi harian (Giovannini, 2008). Sarapan merupakan salah satu waktu makan yang penting bagi setiap orang terlebih bagi anak sekolah dalam memenuhi kebutuhan energi untuk beraktifitas. Namun kenyataannya pada sebagian anak usia sekolah tidak terbiasa dengan sarapan.

Hasil studi yang dilakukan di Indonesia sekitar 20%-40% anak-anak Indonesia tidak terbiasa dengan sarapan (Hardinsyah, 2012). Tarokan salah satu kecamatan yang ada di Kediri yang terdiri dari 10 desa. Menurut hasil Pendataan Program Perlindungan Sosial tahun 2009, Desa Tarokan merupakan desa dengan jumlah masyarakat miskin terbesar (Dasajati, 2014). Hal tersebut terdapat beberapa faktor salah satunya faktor sarana dan pendidikan terakhir masyarakat. Dengan rendahnya pendidikan maka rendahnya pengetahuan. Menurut hasil Pendataan Program Perlindungan Sosial tahun 2009, Desa Tarokan merupakan desa dengan jumlah masyarakat miskin terbesar (Dasajati, 2014).

Hasil survey yang dilakukan pada bulan april 2018 di salah satu SDN di Tarokan yaitu SDN Jati, menunjukk bahwa sebagian besar siswa tidak melakukan sarapan. Berdasarkan penggalan informasi, alasan tidak dilakukannya sarapan adalah keburu-buru berangkat sekolah, orang tua kurang perhatian terhadap sarapan, karena kurangnya pengetahuan tentang pentingnya sarapan selain itu menurut salah

satu siswa sarapan dapat dilakukan dimakan siang. Dengan keadaan tersebut diperlukan upaya memberikan pengetahuan dan wawasan yang cukup antara anak dan ibu sebagai penanggung jawab dalam menyediakan sarapan. Anak-anak dan Ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang sarapan maka akan mempunyai kemampuan dasar untuk menerapkan pengetahuan tersebut dan mendorong terjadinya perubahan sikap. Supaya terdapat perubahan sikap maka dalam penyampaian informasi pentingnya sarapan tersebut diperlukan metoda yang sesuai untuk penyampaian informasi.

Penyuluhan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk perubahan tingkah laku dikalangan masyarakat dan sekitarnya agar mereka tau atau paham, mau dan mampu melakukan perubahan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan atau keuntungan dan perbaikan kesejahteraannya (Subejo, 2010). Dalam perencanaan suatu penyuluhan terdapat sasaran penyuluhan yang akan dibentuk perilakunya dalam ranah pengetahuan, sikap dan/atau keterampilan.

Pada zaman modern dan serba digital penyuluhan berupa narasi saja tidak cukup untuk menyampaikan pesan, namun juga diperlukan adanya dukungan media. Media juga berfungsi sebagai perantara penyampai informasi.

Didalam penyuluhan memerlukan macam-macam media. Salah satu jenis media yang digunakan dalam penyuluhan adalah media permainan. Menurut Latuheru dalam Valentin (2018) permainan adalah bentuk kegiatan dimana siswa yang terlibat di dalamnya atau pemain-pemainnya bertindak dengan aturan-aturan yang telah ditetapkan. Permainan ular tangga adalah permainan yang dimainkan oleh dua orang atau lebih dengan menggunakan papan permainan. Papan permainan tersebut dapat dijadikan sebagai media dengan isi materi yang menggunakan kalimat sederhana dan gambar-gambar yang berhubungan dengan sarapan.

Ular tangga merupakan salah satu alat permainan yang disukai oleh anak usia SD. Pada usia 10 - 11 tahun, yaitu anak SD kelas V, anak sudah cukup mudah untuk diberikan arahan tentang bagaimana pentingnya sarapan. Sesuai dengan latar belakang di atas, dapat ditarik judul penelitian adalah "Keefektifan Penyuluhan Tentang Pentingnya Sarapan dengan Media Permainan Ular Tangga untuk

Meningkatkan Pengetahuan dan Respon Siswa SDN Jati Kecamatan Tarokan Kediri”.

Penelitian ini dilakukan untuk 1) Mengetahui perubahan pengetahuan terhadap siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri setelah penyuluhan sarapan dengan media permainan ular tangga. 2) Mengetahui perubahan respon terhadap siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri setelah penyuluhan sarapan dengan media permainan ular tangga. 3) Mengetahui keefektifan penyuluhan sarapan dengan media permainan ular tangga terhadap siswa SDN Jati kecamatan Tarokan Kediri.

METODE

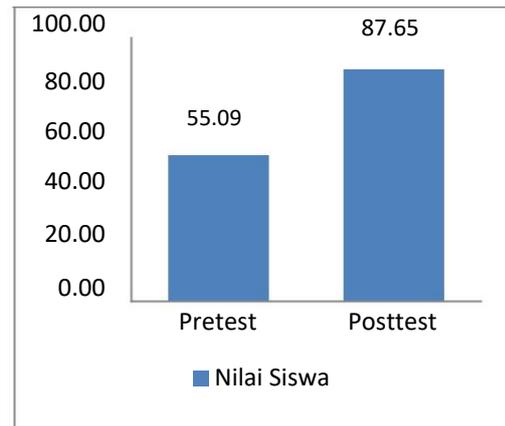
Jenis penelitian yang dilakukan adalah *quasi experimental* atau eksperimen semu. Model penelitian yang digunakan *pre test* dan *post test* design, dimana penelitian dilaksanakan satu kelompok saja tanpa kelompok pembandingan. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu penerapan permainan ular tangga tentang sarapan, variabel terikat adalah perubahan pengetahuan siswa dan orang tua setelah penyuluhan dilaksanakan, respon siswa dan orang tua setelah penyuluhan berlangsung, aktivitas siswa dan orang tua saat permainan berlangsung.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan lembar tes untuk mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media permainan ular tangga berlangsung, lembar angket untuk mengetahui respon sesudah permainan berlangsung, dan lembar observasi untuk mengetahui aktivitas pada saat permainan. Data diperoleh dari 23 siswa dan 23 orang tua, selanjutnya nilai hasil tes pengetahuan dilakukan uji statistik. Data dianalisis statistik parametrik dengan uji t (*Paired Samples Test*) dengan menggunakan SPSS. Hipotesis diterima pada taraf sig 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Perubahan Pengetahuan

Perubahan pengetahuan dapat dilihat dengan membandingkan hasil test pengetahuan sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan. Nilai diperoleh dari 15 soal, bentuk pilihan ganda yang diberikan.



Gambar 1 Perbandingan Nilai Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Berdasarkan diagram batang di atas, menunjukkan bahwa terdapat perubahan nilai rata-rata, sebelum penyuluhan yaitu 55,09 setelah penyuluhan menjadi 87,65. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media permainan ular tangga tentang sarapan dapat meningkatkan pengetahuan siswa sebanyak 32,56.

Selanjutnya dilakukan uji statistik untuk memperoleh jawaban perbedaan nilai pengetahuan tentang sarapan antara sebelum dengan sesudah penyuluhan menggunakan media permainan ular tangga digunakan. Berdasarkan uji T terbukti bahwa diperoleh nilai T dengan signifikan (p) sebesar 0,000. Karena pada $p < 0,05$ maka hipotesis diterima. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan media permainan ular tangga meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya sarapan.



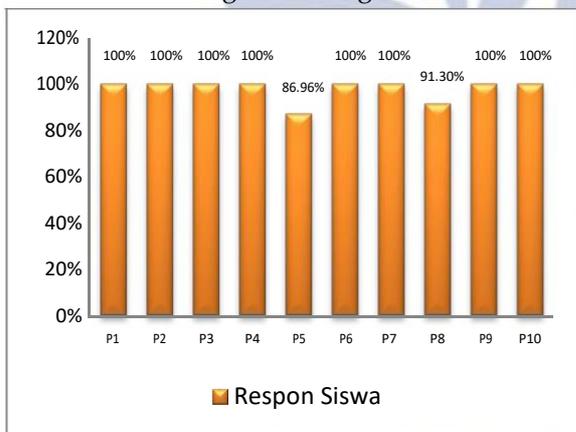
Gambar 2 Perbandingan Nilai Pengetahuan Orang Tua Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Berdasarkan diagram batang di atas menunjukkan bahwa terdapat perubahan nilai rata-rata, sebelum penyuluhan yaitu 59,57 setelah penyuluhan menunjukkan 92,52. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media permainan ular tangga tentang sarapan dapat meningkatkan pengetahuan orang tua siswa sebanyak 32,95.

Uji beda nilai *pre test* dengan nilai *post test* orang tua dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS, hasil uji menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang pentingnya sarapan dengan media permainan ular tangga. Terbukti bahwa diperoleh nilai T dengan signifikan (p) sebesar 0,000. Karena pada $p < 0,05$ maka hipotesis diterima. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan media permainan ular tangga tentang sarapan meningkatkan pengetahuan orang tua.

B. Respon

Hasil angket respon siswa disajikan dalam bentuk diagram batang.



Gambar 3. Persen Nilai Respon siswa Terhadap Penyuluhan Permainan Ular Tangga Tentang Sarapan

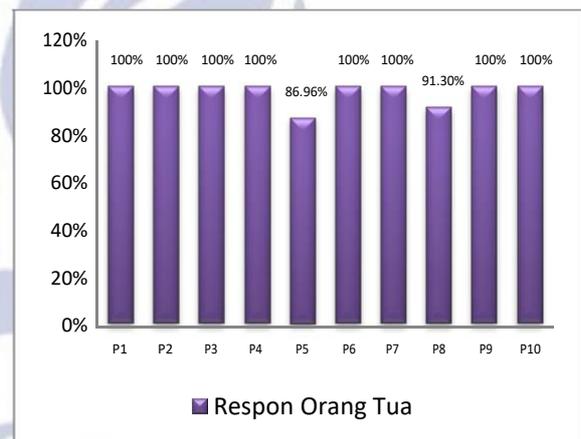
Nilai interpretasi yang diperoleh dari nilai siswa tersebut dapat digunakan sebagai acuan peneliti dalam menentukan tingkat persetujuan siswa terhadap penyuluhan dengan media permainan ular tangga. Data yang diperoleh seperti pada **Tabel 2.**

Hasil Respon Siswa		Kesimpulan
Jumlah Soal	10	Tingkat Persetujuan 88,26 %
Jumlah skor yang diperoleh	203	
Skor ideal	230	

(Sumber: Data primer yang diolah)

Tabel 2. Nilai Hasil Respon Siswa

Berdasarkan tabel tersebut, maka dapat diketahui bahwa tingkat persetujuan siswa terhadap penyuluhan dengan media permainan ular tangga sebesar 88,26 % atau masuk dalam kategori sangat baik. Selanjutnya angket respon orang tua. Hasil pengukuran angket respon orang tua disajikan dalam bentuk diagram batang.



Gambar 4. Persen Nilai Respon Orang Tua Terhadap Penyuluhan Permainan Ular Tangga Tentang Sarapan

Nilai interpretasi yang diperoleh dari nilai orang tua tersebut dapat digunakan sebagai acuan dalam menentukan tingkat persetujuan orang tua terhadap penyuluhan dengan media permainan ular tangga. Data yang diperoleh seperti pada **Tabel 3.**

Hasil Respon Orang Tua		Kesimpulan
Jumlah Soal	10	Tingkat Persetujuan 90,43 %
Jumlah skor yang diperoleh	208	
Skor ideal	230	

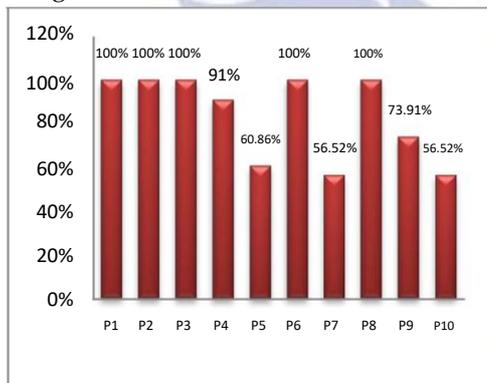
(Sumber: Data primer yang diolah)

Tabel 3. Nilai Hasil Respon Orang Tua

Berdasarkan tabel tersebut, maka dapat diketahui bahwa tingkat persetujuan orang tua terhadap penyuluhan dengan media permainan ular tangga sebesar 90,43% atau masuk dalam kategori sangat baik.

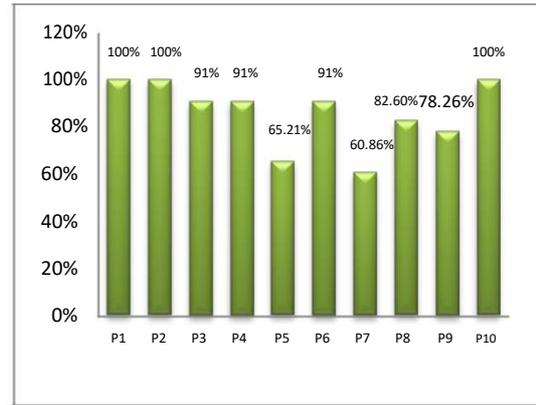
C. Aktivitas

Hasil aktivitas siswa dan orang tua diperoleh dari observasi pada saat permainan berlangsung atau pada saat penyuluhan berlangsung. Hasil aktivitas tersebut diperoleh dari siswa dan orang tua dengan pengamatan pada saat permainan dengan media permainan ular tangga. Data hasil aktivitas siswa tersaji dalam diagram batang.



Gambar 5. Nilai Hasil Aktivitas Orang Tua

Pada gambar aktivitas siswa menunjukkan bahwa siswa aktif dalam permainan ular tangga. Selain aktivitas siswa terdapat aktifitas orang tua yang diamati dengan lembar observasi. Data hasil aktivitas orang tua terdapat dalam diagram batang



Gambar 6. Nilai Hasil Aktivitas Orang Tua

Pada gambar aktivitas orang tua menunjukkan bahwa orang tua aktif dalam permainan ular tangga.

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Penyuluhan dengan media ular tangga meningkatkan pengetahuan siswa dan orang tua SDN Jati Kecamatan Tarokan Kediri.
2. Respon siswa dan orang tua SDN Jati Kecamatan Tarokan Kediri terhadap penyuluhan dengan media ular tangga masuk dalam kategori sangat baik.
3. Penyuluhan dengan media permainan ular tangga tentang sarapan efektif karena terdapat peningkatan pengetahuan, respon yang positif, dan efektivitas yang sangat baik.

B. SARAN

Dari hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan diatas, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut

1. Penggunaan media ular tangga dalam kegiatan penyuluhan, karena hasil penyuluhan dalam menggunakan media tersebut hendaknya digunakan karena lebih efektif
2. Penggunaan media ular tangga tersebut bisa dijadikan media sosialisasi dalam materi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Subejo. 2010. Penyuluhan Pertanian Pendidikan Terjemahan Dari Agriculture. Extention (edisi 2). Jakarta
- Valentin, Maria Alvina, (2018). Efektifitas Penggunaan Media Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Prestasi Siswa pada Mata Pelajaran Akuntansi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Skripsi
- Dasajati, 2014. Prioritas Perkembangan Desa Tertinggal di Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri. Sarjana thesis. Universitas Brawijaya. Repository.ub.ac.id/142620/ di akses tanggal 28 Juni 2018
- Giovannini M. 2008. Breakfast: a Gppd Habit Not a Repettitive Custo. Diakses dari <http://omegacookie.com/content/pdf/s1.pdf> pada februari 2019
- Hardinsyah, Aries M.2012. Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Harian Anak Usia 6-12 Tahun Di Indonesia. Departemen Gizi Masyarakat FEMA-IPB. Jurnal Gizi Dan Pangan.

