

## The Relationship of Nutritional Status and Natrium Consumption Hypertension Elderly Status in the Lamongan Health Center Area

### Hubungan Status Gizi dan Konsumsi Natrium dengan Status Hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lamongan

Durrotun Nihayah<sup>1</sup>, Inne Soesanti<sup>2</sup>, Mujayanto<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Department of Nutrition, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Surabaya, Indonesia

Email: [durrotunihayah02@gmail.com](mailto:durrotunihayah02@gmail.com)

#### ARTICLE INFO

##### Article History:

Received Aug, 26<sup>th</sup>, 2021

Accepted Jan, 29<sup>th</sup>, 2023

Published online Feb, 16<sup>th</sup>, 2023

##### Keywords:

Nutritional Status;

Natrium;

Consumption;

Hypertension;

Elderly;

##### Kata Kunci:

Status Gizi;

Natrium;

Konsumsi;

Hipertensi;

Lansia;

#### ABSTRACT

The elderly are vulnerable to degenerative diseases, such as hypertension. The aim of the study was to determine the relationship between nutritional status and sodium consumption with hypertension elderly status in the in the Lamongan Health Center area. Quantitative design research method with this type of observational analytic research, cross sectional study approach. A sample of 63 respondents. Sampling using accidental sampling technique. Methods of data collection by weighing and measuring body height and interviews using the Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) Form. The results showed that most of the elderly with hypertension were aged 60-69 years (74.6%), were female (57.1%), had a family history of hypertension (66.7%), had more nutritional status (49.2%), consumption of more sodium (54%) and hypertension status stage 1 (81.0%). The results of the Spearman correlation test stated that there was a relationship between nutritional status and hypertension status and that there was a relationship between sodium consumption and hypertension status ( $p=0.001$ ;  $p=0.034$ ). The conclusion of the study is that there is a relationship between nutritional status and hypertension status and sodium consumption and hypertension status in the Lamongan Health Center area. It is recommended to conduct nutrition education in the elderly.

#### ABSTRAK

Lansia rentan terhadap penyakit degeneratif, seperti hipertensi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan konsumsi natrium dengan status hipertensi lansia di wilayah Puskesmas Lamongan. Metode penelitian desain kuantitatif dengan jenis penelitian observasional analitik, pendekatan *cross sectional study*. Sampel sebanyak 63 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Metode pengumpulan data dengan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan serta wawancara menggunakan *Form Semi Kuantitatif Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Hasil penelitian menunjukkan lansia hipertensi sebagian besar berusia 60-69 tahun (74,6%), berjenis kelamin perempuan (57,1%), memiliki riwayat hipertensi keluarga (66,7%), status gizi lebih (49,2%), konsumsi natrium lebih (54%) dan status hipertensi *stage 1* (81,0%). Hasil uji *korelasi spearman* menyatakan ada hubungan antara status gizi dengan status hipertensi dan ada hubungan antara konsumsi natrium dengan status hipertensi ( $p=0,001$ ;  $p=0,034$ ). Kesimpulan penelitian ada hubungan antara status gizi dengan status hipertensi dan konsumsi natrium dengan status hipertensi di wilayah Puskesmas Lamongan. Disarankan untuk melakukan edukasi gizi pada lansia.

## **PENDAHULUAN**

Indonesia merupakan salah satu negara di dunia yang memiliki Usia Harapan Hidup (UHH) yang tinggi. Peningkatan usia harapan hidup akan berpengaruh dengan jumlah penduduk lansia yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Dengan terjadinya peningkatan penduduk lansia, akan bersamaan dengan peningkatan masalah kesehatan bagi lansia.<sup>1</sup> Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia yaitu penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia yaitu penyakit hipertensi.

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah systolic dan diastolic yang melewati batas normal.<sup>2</sup> Dimana peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang.<sup>3</sup>

Gejala-gejala yang timbul dari penyakit hipertensi yaitu sakit kepala atau rasa berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan.<sup>3</sup> Hipertensi adalah faktor resiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia.

Penyakit tekanan darah atau hipertensi telah membunuh 9,4 juta warga di dunia setiap tahunnya.<sup>4</sup> Pada tahun 2025 mendatang, diproyeksikan sekitar 29% warga di dunia terkena hipertensi.<sup>4</sup> Prevalensi hipertensi pada penduduk usia >18 tahun di Indonesia sebesar 34,11%.<sup>5</sup> Pada Provinsi Jawa Timur, persentase hipertensi sebesar 22,71% atau sekitar 2.360.592 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 18,9% (808.009 penduduk) dan perempuan sebesar 18,76% (1.146.412 penduduk).<sup>5</sup> Sedangkan prevalensi hipertensi pada penduduk usia >18 tahun di Kabupaten Lamongan pada tahun 2018 sebesar 17,90% penduduk menderita hipertensi.<sup>6</sup>

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu diantaranya keturunan, usia, jenis kelamin, status gizi, kurangnya aktifitas, konsumsi alkohol, merokok, stress, diet tinggi natrium dan lain sebagainya.<sup>7</sup>

Seseorang yang memiliki status gizi obesitas atau berat badan berlebih akan memiliki resiko lebih tinggi terkena hipertensi. Hal tersebut dikarenakan semakin besar massa tubuh, semakin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Ini berarti volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri.<sup>8</sup>

Selain itu faktor risiko hipertensi yaitu konsumsi natrium. Asupan natrium tinggi dapat menyebabkan peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah.<sup>8</sup> Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Konsumsi Natrium dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lamongan”.

## **BAHAN DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *observational analytic* dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari – Maret 2021 di Wilayah Kerja Puskesmas Lamongan Kabupaten Lamongan. Populasi dalam penelitian adalah pasien lansia hipertensi di Puskesmas Lamongan pada tahun 2020 sejumlah 896 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 63 sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan teknik *Accidental sampling*. Variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (Independent) adalah status gizi dan konsumsi natrium, serta variabel terikat (*Dependent*) adalah status hipertensi. Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara dan pengukuran yang diawali dengan pengisian surat ketersediaan menjadi responden penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan pengukuran tekanan darah yang dibantu oleh petugas Puskesmas Lamongan dengan berkoordinasi secara langsung dengan peneliti. Dilanjutkan pengukuran antropometri yang meliputi berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) oleh peneliti, selanjutnya dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk mengetahui status gizi responden. Kemudian dilanjutkan dengan wawancara dengan menggunakan kuesioner dan *Form Semi Kuantitatif Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*. Seluruh kegiatan pada saat pengumpulan data dilakukan dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan, seperti memakai masker dengan benar, menjaga jarak, memakai handsanitaizer dan menyemprot alat sebelum dan sesudah digunakan oleh responden. Pengolahan data pada penelitian ini meliputi *Editing, Coding, Entry data, dan Cleaning*.

Analisis data univariat menggunakan table distribusi frekuensi yang digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik, status gizi, konsumsi garam (natrium) dan status hipertensi responden. Dan analisis bivariat menggunakan uji *statistic korelasi spearmen* yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel bebas dengan variabel terikat.

## **HASIL**

### **Karakteristik Responden**

Responden dalam penelitian ini adalah pasien lanjut usia dengan status tekanan darah tinggi (hipertensi) di Puskesmas Lamongan yang datang untuk kontrol atau berobat serta bersedia untuk diwawancarai. Pasien lansia hipertensi yang datang ke poli lansia dan sesuai dengan kriteria sampel penelitian diambil menjadi responden, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah, berat badan, dan tinggi badan, serta wawancara.

## 1. Usia

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data usia responden lansia hipertensi. Dapat dilihat usia responden pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Usia	n	Presentase (%)
60 - 69 tahun	47	74.6
≥ 70 tahun	16	25.4
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa dari 63 responden yang berusia 60 - 69 tahun sebanyak 47 orang atau sebesar 74,6%, sedangkan yang berusia ≥ 70 tahun yaitu sebanyak 16 orang atau sebesar 25,4%.

## 2. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data jenis kelamin responden lanjut usia hipertensi. Dapat dilihat jenis kelamin responden pada tabel berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Jenis Kelamin	n	Persentase (%)
Laki – Laki	27	42.9
Perempuan	36	57.1
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari 63 responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang atau sebesar 57,1%, sedangkan yang berjenis kelamin laki - laki yaitu sebanyak 27 orang atau sebesar 42,9%.

## 3. Riwayat Hipertensi Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data riwayat hipertensi keluarga responden lanjut usia hipertensi.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Riwayat Hipertensi Keluarga Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Riwayat Hipertensi Keluarga	n	Persentase (%)
Ada riwayat hipertensi dari orang tua	42	66.7
Tidak ada riwayat hipertensi dari orang tua	21	33.3
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa dari 63 responden yang memiliki riwayat hipertensi dari keluarga yaitu sebanyak 42 orang atau sebesar 66,7%, sedangkan yang tidak memiliki riwayat hipertensi dari keluarga yaitu sebanyak 21 orang atau sebesar 33,3%.

#### 4. Status Gizi Responden

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 63 responden yang memiliki status gizi kurang sebanyak 5 orang atau sebesar 7,9%, responden yang memiliki status gizi normal sebanyak 27 orang atau sebesar 42,9% dan responden yang memiliki status gizi lebih sebanyak 31 orang atau sebesar 49,2%.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Status Gizi	n	Persentase (%)
Kurang	5	7.9
Normal	27	42.9
Lebih	31	49.2
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

#### 5. Konsumsi Natrium Responden

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 63 responden, yang memiliki konsumsi natrium kurang sebanyak 12 orang atau sebesar 19,0%, responden yang memiliki konsumsi natrium normal sebanyak 17 orang atau sebesar 27%, dan responden yang memiliki konsumsi natrium lebih sebanyak 34 orang atau sebesar 54%.

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Konsumsi Natrium Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Konsumsi Natrium	n	Persentase (%)
Kurang	12	19.0
Normal	17	27.0
Lebih	34	54.0
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

#### 6. Status Hipertensi Responden

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa dari 63 responden, yang berstatus hipertensi *stage* 1 sebanyak 51 orang atau sebesar 81,0%, dan responden yang berstatus hipertensi *stage* 2 sebanyak 12 orang atau sebesar 12%.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Status Hipertensi Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Status Hipertensi	n	Persentase (%)
Hipertensi <i>Stage</i> 1	51	81.0
Hipertensi <i>Stage</i> 2	12	19.0
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2021

## 7. Tabulasi Silang Status Gizi dengan Status Hipertensi

Berdasarkan tabel 7 penelitian di atas dari 63 responden, dihasilkan responden yang memiliki status gizi kurang dengan status hipertensi *stage* 1 sebanyak 5 orang (7,9%), responden yang memiliki status gizi normal dengan status hipertensi *stage* 1 sebanyak 26 orang (41,3%), responden yang memiliki status gizi lebih dengan status hipertensi *stage* 1 sebanyak 20 orang (31,7%). Responden yang memiliki status gizi kurang dengan status hipertensi *stage* 2 sebanyak 0, responden yang memiliki status gizi normal dengan status hipertensi *stage* 2 sebanyak 1 orang (1,6%), dan responden yang memiliki status gizi lebih dengan status hipertensi *stage* 2 sebanyak 11 orang (17,5%). Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia dengan status hipertensi (tekanan darah tinggi) *stage* 1 cenderung memiliki status gizi lebih. Berdasarkan hasil uji statistik korelasi *spearman* didapatkan nilai signifikan  $p = 0,001$  yang menunjukkan bahwa  $p < 0,05$ , yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan status hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lamongan.

**Tabel 7. Tabulasi Silang Status Gizi dengan Status Hipertensi Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Status Gizi	Status Hipertensi				Total	%	Sign
	Hipertensi <i>Stage</i> 1		Hipertensi <i>Stage</i> 2				
	n	%	n	%			
Kurang	5	7.9	0	0.0	5	7.9	0.001
Normal	26	41.3	1	1.6	27	42.9	
Lebih	20	31.8	11	17.4	31	49.2	
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>81.0</b>	<b>12</b>	<b>19.0</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>	

Sumber: Data Primer, 2021

## 8. Tabulasi Silang Konsumsi Natrium dengan Status Hipertensi

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui adakah hubungan konsumsi natrium dengan status hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lamongan. Hasil dari penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman* untuk menyatakan adanya hubungan konsumsi natrium dengan status hipertensi pada lansia.

**Tabel 8. Tabulasi Silang Konsumsi Natrium dengan Status Hipertensi Responden Lansia Hipertensi di Puskesmas Lamongan**

Konsumsi Natrium	Hipertensi Stage 1		Hipertensi Stage 2		Total	%	Sign.
	n	%	n	%			
Kurang	11	17.5	1	1.6	12	19.0	0.034
Normal	16	25.4	1	1.6	17	27.0	
Lebih	24	38.1	10	15.8	34	54.0	
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>81.0</b>	<b>12</b>	<b>19.0</b>	<b>63</b>	<b>100.0</b>	

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 8 penelitian di atas dari 63 responden, dihasilkan responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium kurang dengan status hipertensi *stage 1* sebanyak 11 orang (17,5%), responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium normal dengan status hipertensi *stage 1* sebanyak 16 orang (25,4%), responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium lebih dengan status hipertensi *stage 1* sebanyak 24 orang (38,1%). Responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium kurang dengan status hipertensi *stage 2* sebanyak 1 orang (1,6%), responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium normal dengan status hipertensi *stage 2* sebanyak 1 orang (1,6%), dan responden yang memiliki tingkat konsumsi natrium lebih dengan status hipertensi *stage 2* sebanyak 10 orang (15,9%). Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia dengan status hipertensi (tekanan darah tinggi) *stage 1* cenderung memiliki tingkat konsumsi natrium lebih. Berdasarkan hasil uji statistik korelasi *spearman* didapatkan nilai signifikan  $p = 0,034$  yang menunjukkan bahwa  $p < 0,05$ , yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi natrium dengan status hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lamongan.

## DISKUSI

### Tingkatan Pengetahuan Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media *Power Point* Tentang Sayur dan Buah

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan siswa –siswi sebelum diberikan edukasi melalui media *power point* yaitu 41,5 dengan nilai minimal 0 dan nilai maksimal 80. Kemudian setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 62 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 100. Dan selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 20,5. Nilai rata - rata awal siswa masih rendah yaitu 41,5, hal ini dikarenakan siswa –siswi kelas 5 di SDN Sidosermo 1 Surabaya belum memiliki pengetahuan yang luas mengenai sayur dan buah serta belum pernah mendapatkan edukasi gizi mengenai sayur dan buah baik dalam pelajaran ataupun pihak edukator lainnya. Pengetahuan gizi pada anak kelas 4 dan 5 sekolah dasar masih tergolong rendah, sehingga diperlukan adanya pemberian edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan konsumsi anak sekolah tentang sayur dan buah.<sup>10</sup>

Berdasarkan hasil *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat pengetahuan siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media Power Point”. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Widiyanti, dengan uji paired sample T-test menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan gizi setelah diberikan pendidikan gizi menggunakan media audio visual (nilai  $p=0,000$ ).

### **Tingkatan Sikap Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Power Point Tentang Sayur dan Buah**

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa rata - rata nilai sikap siswa –siswi sebelum diberikan edukasi melalui media *power point* yaitu 47,5 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 80. Setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 63,5 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 100. Selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 16. Hal ini sebabkan karena faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, media massa, institusi atau lembaga agama serta faktor emosi dalam diri individu.<sup>11</sup>

Hasil data diperoleh menggunakan *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat sikap siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media Power Point”.

### **Tingkatan Tindakan Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Power Point Tentang Sayur dan Buah**

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa rata-rata nilai tindakan siswa –siswi sebelum diberikan edukasi melalui media *power point* yaitu 42,5 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 80. Kemudian setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 61 dengan nilai minimal 40 dan nilai maksimal 80. Dan selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 18,5. Hasil data diperoleh menggunakan *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat tindakan siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media Power Point”.

### **Tingkatan Pengetahuan Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Infografis Tentang Sayur dan Buah**

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan siswa – siswi sebelum diberikan edukasi melalui media infografis yaitu 46 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 80. Kemudian setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 71,5 dengan nilai minimal 40 dan nilai maksimal 100.



Dan selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 25,5. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian lain, menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata persen pengetahuan anak antara sebelum dan sesudah edukasi gizi, dimana rata-rata pengetahuan gizi sebelum diberi pendidikan gizi sebesar 66,5 (9,3%) naik menjadi 71,6 (9,6%).<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil data diperoleh menggunakan SPSS dengan *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat pengetahuan siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media infografis”.

### **Tingkatan Sikap Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Infografis Tentang Sayur dan Buah**

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa nilai rata-rata sikap siswa –siswi sebelum diberikan edukasi melalui media infografis yaitu 50 dengan nilai minimal 0 dan nilai maksimal 80. Kemudian setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 73 dengan nilai minimal 40 dan nilai maksimal 100. Dan selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 23. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa peningkatan sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti faktor pengetahuan, seiring dengan peningkatan pengetahuan, maka sikap

juga dapat meningkat. Intervensi edukasi gizi, juga berhasil memperbaiki sikap, dan pengetahuan mengenai sayur pada siswa kelas empat SD.<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil data diperoleh menggunakan SPSS dengan *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat sikap siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media infografis”.

### **Tingkatan Tindakan Siswa – Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Infografis Tentang Sayur dan Buah**

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa tingkat tindakan siswa –siswi sebelum diberikan edukasi melalui media infografis yaitu 49,5 dengan nilai minimal 0 dan nilai maksimal 80. Kemudian setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 70 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 100. Dan selisih rata-rata nilai antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu 20,5.

Berdasarkan hasil data diperoleh menggunakan SPSS dengan *uji Wilcoxon* dan didapatkan nilai  $p = 0,00$  yaitu  $p < \alpha 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh terhadap tingkat tindakan siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media infografis”. Pemberian edukasi pada anak usia sekolah melalui media infografis dapat menambah pengetahuan tentang gizi khususnya tentang sayur dan buah dan dapat mengubah pola makan terhadap sayur dan buah sehingga asupan gizi menjadi lebih optimal. Dengan diberikan edukasi gizi,

maka anak usia sekolah akan mengenal perilaku baik dalam hal pemenuhan kebutuhan asupan gizi khususnya konsumsi sayur dan buah, sehingga dapat mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari.<sup>1</sup>

## KESIMPULAN

Tingkat rata – rata pengetahuan siswa - siswi sebelum dan sesudah edukasi melalui media *power point* yaitu 41,5 menjadi 62. Kemudian tingkat rata – rata sikap siswa – siswi sebelum dan sesudah edukasi dengan media *power point* yaitu 47,5 menjadi 63,5 dan tingkat rata – rata tindakan siswa – siswi sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan media *power point* yaitu 42,5 menjadi 61. Tingkat rata – rata pengetahuan siswa – siswi sebelum dan sesudah edukasi dengan media infografis yaitu 46 menjadi 71,5. Kemudian tingkat rata – rata sikap siswa – siswi sebelum dan sesudah edukasi dengan media infografis yaitu 50 menjadi 73 dan tingkat rata – rata tindakan siswa – siswi sebelum dan sesudah edukasi dengan media infografis yaitu 49,5 menjadi 70. Hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa-siswi tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi melalui media *Power Point* dan media infografis pada siswa – siswi kelas 5 di SDN Sidosermo 1 Surabaya.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Hardinsyah. *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi*. Jakarta. EGC; 2017.
2. O'halloran S, Eksteen G, Gebremariam M, Alston L. Measurement methods used to assess the school food environment: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;17(5): 1-23.
3. WHO. 2018. *Healthy diet*. August, 1–6.
4. Kemenkes RI. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI; 2016.
5. Kemenkes RI. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018.
6. Ferwanda AF, Muniroh L. Efektivitas Buku Edukatif Berbasis Games Terhadap Perubahan Pengetahuan Serta Sikap Tentang Sayur Dan Buah. *Amerta Nutrition*. 2017;1(4), 389-397.
7. Nuryanto, Pramono A, Puruhita N, Muis FM. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2014;3(1): 32-36.
8. Suryanti. Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran *Power Point* Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas XI SMA. *Jurnal Pendidikan Matematika*. 2020;1(1): 8–18.
9. Resnatika A, Sukaesih, Kurniasih N. Peran Infografis Sebagai Media Promosi Dalam Pemanfaatan Perpustakaan. *Jurnal Kajian Informasi Dan Perpustakaan*. 2018;6(2): 183–196.

10. Azadirachta FL, Sumarmi S. Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*. 2018;12(2): 107-115.
11. Safitri NRD, Fitriani, DY. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah Dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Journal of Nutrition College*. 2016;5(4): 374–380.