

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah adalah anak yang berusia antara usia lebih dari 6 tahun sampai sebelum usia 18 tahun (Kemenkes, 2014). Seorang anak dikatakan memasuki *middle childhood* ketika berada pada usia 5-10 tahun. Anak usia sekolah dikategorikan ke dalam masa pra remaja yaitu pada usia 9-11 tahun untuk perempuan dan 10-12 tahun untuk anak laki-laki. Pada masa ini anak-anak akan mengalami perkembangan baik secara psikologis maupun kognitif (Brown, 2005).

Menurut Sofa (2008) dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan setiap anak meskipun pada rentan usia yang sama dan status ekonomi yang sama memiliki perbedaan, begitu juga dengan perkembangan emosi dan intelektualitas. Dalam hal ini orang tua mempunyai peranan yang sangat penting dalam membimbing anak agar bisa mengembangkan daya pikir dan kontrol emosi. Apabila terjadi gangguan pada tahap intelektualitasnya maka anak tidak mampu berfikir secara operasional, tidak memiliki kemampuan mental dan kurang aktif dalam berkomunikasi dengan teman sebayanya. Pada perkembangan emosinya setiap anak memiliki perbedaan dalam hal tahapannya. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan jenis kelamin, etnik budaya dan pergaulannya.

#### 1. Ciri-ciri Anak Sekolah

Menurut Hurlock (2002), orang tua, pendidik, dan ahli psikologis memberikan berbagai label kepada periode ini dan label-label itu mencerminkan ciri-ciri penting dari periode anak usia sekolah, yaitu sebagai berikut:

##### a. Label yang digunakan oleh orang tua

###### 1) Usia yang menyulitkan

Suatu masa dimana anak tidak mau lagi menuruti perintah dan dimana ia lebih banyak dipengaruhi oleh teman-teman sebaya daripada oleh orang tua dan anggota keluarga lainnya.

###### 2) Usia tidak rapi

Suatu masa dimana anak cenderung tidak memperdulikan dan ceroboh dalam penampilan dan kamarnya sangat berantakan. Sekalipun ada peraturan keluarga yang ketat mengenai kerapihan dan perawatan barang-barangnya, hanya beberapa saja yang taat, kecuali kalau orangtua mengharuskan melakukannya dan mengancam dengan hukuman.

b. Label yang digunakan oleh para pendidik

1) Usia sekolah dasar

Pada usia tersebut anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan mempelajari berbagai keterampilan penting tertentu, baik keterampilan kurikuler maupun ekstra kurikuler.

2) Periode kritis

Suatu masa dimana membentuk kebiasaan untuk mencapai sukses, tidak sukses, atau sangat sukses. Sekali terbentuk, kebiasaan untuk bekerja dibawah, diatas atau sesuai dengan kemampuan kecenderungan menetap sampai dewasa telah dilaporkan bahwa tingkat perilaku berprestasi pada masa kanak-kanak mempunyai korelasi yang tinggi dengan perilaku berprestasi pada masa dewasa .

## **B. Pedoman Gizi Seimbang (PGS)**

Salah satu sarana pendidikan dan penyuluhan gizi kearah pola hidup sehat dan sadar gizi (perilaku gizi seimbang). Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes, 2014).

### **1. Biasakan makan pagi**

a. Pengertian makan pagi

Makan pagi atau sarapan sangat bermanfaat bagi setiap orang. Bagi orang dewasa makan pagi dapat memelihara ketahanan fisik, ketahanan tubuh saat bekerja dan meningkatkan produktifitas. Pengertian lain akan pagi yaitu makanan yang dimakan pada pag hari sebelum beraktifitas, yang terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk atau makanan kudapan. Energi dari makan pagi untuk anak-anak dianjurkan berkisar 20-25% yaitu 200-300 kalori. Dalam menyusun makan pagi perlu diperhatikan kelengkapan gizi yang dikandungnya. Makan pagi atau sarapan menjadi sangat penting, karena

kadar gula dalam darah akan menurun sekitar dua jam setelah seseorang bangun tidur. Jika anak tidak sarapan, dia biasanya akan merasa lemas atau lesu sebelum tengah hari karena gula darah dalam tubuh sudah menurun (Yusnalaili,2004).

Bagi anak sekolah, makan pagi akan meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran, sehingga hasil belajar menjadi lebih baik. Membiasakan makan pagi pada anak memang terasa sulit. Adanya citra makan pagi sebagai suatu kegiatan yang dirasakan menjengkelkan perlu dirubah menjadi salah satu kebiasaan yang disukainya.

Makan pagi atau sarapan adalah menyantap makanan pada pagi hari dimulai dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi. Makan pagi merupakan waktu makan yang paling penting dan sangat dianjurkan untuk dipenuhi, karena alasan kesehatan.

Kebiasaan makan menurut Khumaidi (1994) adalah tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pemilihan terhadap makanan, Sikap seseorang terhadap makanan berkaitan dengan nilai baik atau buruk, menarik atau tidak menarik. Sedangkan pemilihan makanan berdasarkan sikap dan kepercayaan. Kebiasaan makan meliputi :

1) Sikap terhadap makan

Adalah kecenderungan bertingkah laku terhadap makanan yang didalamnya terkandung unsur suka atau tidak suka terhadap makanan.

2) Kepercayaan terhadap makanan pantangan

Kecenderungan terhadap makanan pantangan, diterima atau tidak untuk dilakukan, biasanya berkaitan dengan nilai-nilai budaya dan agama.

3) Pemilihan makanan

Macam makanan yang biasa dikonsumsi dalam sehari meliputi susunan menu dan porsi untuk sarapan pagi, frekuensi sarapan pagi atau tingkat keseringan sarapan pagi berdasarkan sikap dan kepercayaan terhadap suatu makanan pantangan.

### **C. Penyuluhan Gizi**

Penyuluhan adalah proses komunikasi pembangunan, penyuluhan, tidak sekedar upaya untuk menyampaikan pesan-pesan pembangunan, tetapi yang lebih penting dari itu adalah untuk menumbuh kembangkan partisipasi masyarakat kepada pembangunan (Mardikanto, 1987). Penyuluhan gizi merupakan bagian integral dari program gizi dan kesehatan.

Menurut Supriasa (2012) tujuan dari penyuluhan gizi merupakan bagian dari tujuan penyuluhan kesehatan. Secara umum tujuan penyuluhan gizi adalah suatu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku kearah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi. Tujuan penyuluhan gizi secara khusus yaitu untuk meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.

### **1. Tujuan Penyuluhan**

Menurut Supriasa (2012) disebutkan bahwa tujuan penyuluhan dapat dilihat dari sudut pandang :

1. Penyuluhan gizi secara umum tujuannya adalah suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.
2. Penyuluhan gizi secara khusus yaitu meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.
3. Menyebarkan konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
4. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku positif sehubungan dengan pangan dan gizi.
5. Mengubah perilaku konsumsi makanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi, sehingga pada akhirnya tercapai status gizi yang baik.

#### **a. Metode Penyuluhan**

Prinsip penggunaan metode adalah lebih dari satu metode atau bervariasi antara metode satu dengan yang lain. Alasan menggunakan metode yang bervariasi adalah setiap metode mempunyai keunggulan dan kelemahan masing-masing. Penentuan metode juga ditentukan berdasarkan tujuan penyuluhan. Tujuan penyuluhan dapat dikategorikan menjadi tiga domain yaitu untuk mengubah pengetahuan, sikap dan keterampilan (Supriasa, 2012).

Menurut Notoatmojo (2012) ada beberapa metode yang digunakan dalam penyuluhan diantaranya :

#### **1. Metode Individual (*Perorangan*)**

Metode yang bersifat individual digunakan untuk membina perilaku baru, atau membina seseorang yang mulai tertarik kepada suatu perubahan perilaku atau inovasi. Bentuk pendekatannya dapat dengan bimbingan dan wawancara.

## 2. Metode Kelompok

Dalam memilih metode ini harus diingat besarnya sasaran serta tingkat pendidikan. Untuk kelompok besar metodenya akan berbeda dengan kelompok kecil. Efektivitas suatu metode akan tergantung pada besarnya sasaran pendidikan.

Kelompok besar artinya apabila peserta penyuluhan lebih dari 15 orang. Metode yang baik digunakan adalah seminar dan ceramah. Sedangkan untuk kelompok kecil, apabila peserta kurang dari 15 orang maka metode yang cocok digunakan untuk kelompok kecil adalah : diskusi kelompok, curah pendapat (*Brain storming*), bola salju (*snow balling*), kelompok-kelompok kecil (*Buzz Group*), bermain peran (*Role play*), permainan simulasi.

### b. Metode Massa

Metode ini cocok digunakan untuk mengkomunikasikan pesan-pesan yang ditujukan kepada masyarakat. Oleh karena itu sasaran bersifat umum, dalam arti tidak membedakan golongan umur, jenis kelamin, pekerjaan, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan dan sebagainya. Pendekatan ini biasanya digunakan untuk menggugah kesadaran masyarakat terhadap suatu inovasi awareness dan belum begitu diharapkan untuk sampai pada perubahan perilaku. Pada umumnya pendekatan ini tidak langsung, biasanya dibantu dengan alat media massa. Contoh metode yang digunakan adalah ceramah umum (*public speaking*), talk show , tulisan dimajalah atau koran baik berupa artikel atau konsultasi tentang kesehatan serta billboard.

## D. Pengetahuan

Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, lama bekerja, dan tingkat pengetahuan yang ditempuh terakhir. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan tinggi maka akan semakin luas pula pendidikannya. Tetapi belum tentu yang pendidikannya rendah memiliki pengetahuan yang rendah pula karena bisa saja yang memiliki pendidikan rendah pernah mengikuti pendidikan non formal/pelatihan yang dapat memperluas pengetahuan tenaga penjamah makanan (Notoatmodjo, 2003).

### 1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indera

manusia yaitu : indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (soekidjo, 2003). Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan. Diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat pendidikan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi juga diperoleh dari pendidikan non formal (Wawan dan Dewi, 2010).

Notoatmojo (2012) berpendapat bahwa pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu :

1) Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (Comprehesion)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat mengintegrasikan materi tersebut secara benar.

3) Aplikasi (Aplication)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya).

4) Analisis (Analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis (Syntesis)

Sintesis merujuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (Evaluation)

Kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

## **2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan**

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya (Ariani,2014):

### 1) Faktor Internal

#### a) Umur

Rentang waktu yang dimuali sejak lahir hingga ulang tahun. Umur akan sangat berpengaruh terhadap daya tangkap sehingga pengetahuan diperoleh akan semakin baik.

#### b) Jenis Kelamin

Perbedaan tingkat kesadaran laki-laki dan perempuan. Pada dasarnya perempuan memiliki kesadaran yang lebih untuk mencari informasi.

#### c) Pendidikan

Proses kehidupan yang dimiliki oleh setiap individu dengan lingkungan secara informal maupun formal. Semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah individu tersebut menerima informasi.

#### d) Pekerjaan

Aktifitas yang dilakukan untu memperoleh penghasilan dan untuk memenuhi kebutuhan setiap hari.

### 2) Faktor Eksternal

#### a) Lingkungan

Lingkungan adalah sesuatu yang ada di individu , baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial.

#### b) Sosial Budaya

Kebiasaan atau tradisi yang dilakukan tanpa melalui penalaran yang dilakukan baik atau buruk.

#### c) Status Ekonomi

Status soisal dan ekonomi mempengaruhi pengetahuan.

#### d) Sumber Informasi

Sumber informasi yang banyak akan memiliki pengetahuan yang luas

## **2. Pentingnya Pengetahuan Gizi**

Menurut (Safitri, 2016) menyatakan bahwa beberapa hal yang menyebabkan pentingnya pengetahuan gizi untuk dimiliki seseorang yaitu:

- a. Kesehatan dan kesejahteraan dipengaruhi oleh konsumsi zat gizi yang cukup.
- b. Setiap orang hanya akan merasa cukup jika makanan yang mereka konsumsi mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pemeliharaan, perkembangan optimal dan penyediaan energi.
- c. Pengetahuan gizi membuat orang untuk belajar dalam menggunakan dan memilih makanan yang lebih baik untuk kesehatannya.

Menurut (Zulaekah, 2012) menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya.

#### **D. Sikap**

Sikap di definisikan sebagai reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Di sini dapat disimpulkan bahwa manifestasi sikap itu tidak dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial (Notoatmodjo, 2003). Selanjutnya, Notoatmodjo (2003) berpendapat bahwa sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktifitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap itu masih merupakan reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Menjelaskan bahwa sikap itu mempunyai 3 komponen pokok yaitu :

- a. Kepercayaan atau keyakinan, ide dan konsep terhadap objek.  
Artinya bagaimana keyakinan dan pendapat atau pemikiran seseorang terhadap objek.
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek.  
Artinya bagaimana penilaian (terkandung didalamnya faktor emosi) orang tersebut terhadap objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*).

Artinya sikap adalah merupakan komponen yang mendahului tindakan atau perilaku terbuka. Sikap adalah ancang-ancang untuk bertindak atau berperilaku terbuka (tindakan).

Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Menurut Notoatmodjo (2003) dalam hal sikap, dapat dibagi dalam berbagai tingkatan, antara lain :

1) Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang di berikan (objek). Misalnya sikap orang terhadap makanan dapat dilihat dari kesediaan dan perhatian orang itu terhadap ceramah-ceramah tentang makanan.

2) Merespon (*Responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, adalah berarti bahwa orang menerima ide tersebut.

3) Menghargai (*Valving*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4) Bertanggung jawab (*Responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah di pilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

Menurut Sunaryo (2004), ada dua faktor yang mempengaruhi pembentukan dan perubahan sikap adalah faktor *internal* dan *eksternal*.

a) Faktor internal adalah berasal dari dalam individu itu sendiri.

Dalam hal ini individu menerima, mengolah, dan memilih segala sesuatu yang datang dari luar, serta menentukan mana yang akan diterima atau tidak diterima. Sehingga individu merupakan penentu pembentukan sikap. Faktor *interna* terdiri dari faktor motif, faktor psikologis dan faktor fisiologis.

b) Faktor *eksternal* yaitu faktor yang berasal dari luar individu, berupa stimulus untuk mengubah dan membentuk sikap.

## E. Media Penyuluhan

### 1. Definisi

Kata “media” merupakan bentuk jamak dari kata medium. Dalam ilmu komunikasi, media bisa diartikan sebagai saluran, sarana penghubung, dan alat-alat

komunikasi. Kalimat media sebenarnya berasal dari bahasa latin yang secara harfiah berarti “perantara atau pengantar”. Media adalah komponen sumber belajar atau wahana fisik yang mengandung materi instruksional di lingkungan siswa yang dapat merangsang siswa untuk belajar (Arsyad, 2002:3).

Suiraoaka *et al* (2012) menyatakan bahwa manfaat dari penggunaan media sangat luas, sebagaimana dapat diuraikan berikut ini :

- a. Merangsang minat sasaran pendidikan. Dengan menggunakan media dalam pendidikan kesehatan, maka sasaran akan lebih termotivasi untuk mengikuti pendidikan kesehatan . Dalam tahap awal media mampu menimbulkan perhatian / atensi sasaran terhadap materi yang akan disampaikan. Media dapat menyebabkan proses pendidikan kesehatan menjadi lebih menarik perhatian sasaran pendidikan dan tidak kaku, sehingga menumbuhkan motivasi belajar.
- b. Mengatasi keterbatasan ruang , waktu, bahasa dan daya indera. Media dapat mengatasi berbagai keterbatasan dalam proses pendidikan kesehatan. Misalnya keterbatasan ruang . Jika suatu materi kesehatan harus disampaikan kepada masyarakat luas yang tidak bisa dilakukan pada ruang terbatas maka materi ini dapat disampaikan melalui media (saluran) yang sifatnya massa,sehingga dapat diterima secara luas.
- c. Mengatasi sikap pasif sasaran pendidikan dan dapat memberikan perangsangan , pengalaman serta menimbulkan persepsi yang sama. Interaksi belajar dapat ditingkatkanserta persepsi terhadap suatu konsep diantara semua sasaran bisa sama
- d. Mendorong keinginan sasaran untuk mengetahui , mendalami dan akhirnya memberikan pengertian yang lebih baik. Dengan menggunakan media pendidikan kesehatan , sasaran akan lebih tertarik untuk mendalami apa yang telah diketahuinya sehingga mereka akan memperoleh pengertian yang lebih baik
- e. Merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan kepada orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa secara praktis media pembelajaran memiliki beberapa manfaat, antara lain:

- a. Mengkonkretkan konsep-konsep yang bersifat abstrak, sehingga dapat mengurangi verbalisme. Misalnya dengan menggunakan gambar, skema, grafik, model, dan sebagainya.
- b. Membangkitkan motivasi, sehingga dapat memperbesar perhatian individual siswa untuk seluruh anggota kelompok belajar sebab jalannya pelajaran tidak membosankan dan tidak monoton.

- c. Memfungsikan seluruh indera siswa, sehingga kelemahan dalam salah satu indera (misal: mata atau telinga) dapat diimbangi dengan kekuatan indera lainnya.
- d. Mendekatkan dunia teori/konsep dengan realita yang sukar diperoleh dengan cara-cara lain selain menggunakan media pembelajaran. Misalnya untuk memberikan pengetahuan tentang pola bumi, anak tidak mungkin memperoleh pengalaman secara langsung. Maka dibuatlah globe sebagai model dari bola bumi. Demikian juga benda-benda lain yang terlalu besar atau terlalu kecil, gejala-gejala yang gerakannya terlalu cepat atau terlalu lambat, gejala-gejala/objek yang berbahaya maupun sukar didapat, hal-hal yang terlalu kompleks dan sebagainya, semuanya dapat diperjelas menggunakan media pembelajaran.
- e. Meningkatkan kemungkinan terjadinya interaksi langsung antar siswa dengan lingkungannya. Misalnya dengan menggunakan rekaman, eksperimen, karyawisata, dan sebagainya.
- f. Memberikan uniformitas atau keseragaman dalam pengamatan, sebab daya tangkap setiap siswa akan berbeda-beda tergantung dari pengalaman serta intelegensi masing-masing siswa. Misalnya persepsi tentang gajah, dapat diperoleh uniformitas dalam pengamatan kalau binatang itu diamati langsung atau tiruannya saja dibawa ke depan kelas
- g. Menyajikan informasi belajar secara konsisten dan dapat diulang maupun disimpan menurut kebutuhan. Misalnya berupa rekaman, film, slide, gambar, foto, modul, dan sebagainya.

#### 1. Dasar Pertimbangan Pemilihan Media

Beberapa prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media menurut Widodo dalam Suraoka (2012) adalah :

- a. Mengetahui dengan jelas untuk apa memilih media tersebut
- b. Tidak didasarkan atas kesenangan pribadi
- c. Menyadari bahwa tiap media memiliki kekuatan dan kekurangan, sehingga dapat dikatakan tidak semua media dapat dipakai untuk semua tujuan
- d. Media yang dipilih disesuaikan dengan materi yang akan disampaikan
- e. Pemakai harus memahami ciri-ciri media sehingga antara media dengan metode yang digunakan sesuai
- f. Pemilihan media disesuaikan dengan kondisi lingkungan
- g. Pemilihan media didasarkan atas tingkat kemampuan sasaran

#### 2. Ciri-ciri Media Pendidikan

Ciri-ciri khusus media pendidikan berbeda menurut tujuan dan pengelompokannya. Ciri-ciri media dapat dilihat menurut kemampuannya membangkitkan rangsangan pada indera penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman, dan pengecap. Maka ciri-ciri umum media adalah bahwa media itu dapat diraba, dilihat, didengar, dan diamati melalui panca indera. Disamping itu ciri-ciri media dapat dilihat menurut lingkup sasarannya serta kontrol oleh pemakai, dan tiap-tiap media mempunyai karakteristik yang perlu dipahami oleh pengguna.

Menurut Gerlach and Ely (1971), media memiliki tiga ciri yang merupakan petunjuk mengapa digunakan dan apa saja yang dapat dibantu oleh penggunaan media tersebut. Ciri-ciri media dalam hal ini adalah: ciri fiksatif, ciri manipulatif, dan ciri distributif. Maksud dan masing-masing ciri tersebut adalah sebagai berikut:

1. Ciri Fiksatif (Fixative property), yaitu sebuah ciri yang menggambarkan bahwa media memiliki kemampuan merekam, melestarikan, dan merekonstruksi suatu peristiwa. Suatu peristiwa dapat disusun kembali sesuai urutannya dengan media-media tertentu, seperti: fotografi, video tape, audio tape, disket komputer, film, dan lain-lain. Dengan ciri ini menunjukkan pula bahwa sebuah media dapat mentransfer kejadian-kejadian ada waktu tertentu.
2. Ciri Manipulatif (Manipulative property), dengan ciri ini memungkinkan sebuah media mentransformasi suatu kejadian atau obyek tertentu. Kejadian yang memerlukan waktu sehari-hari bahkan lebih lama lagi, dengan media dapat disajikan kedalam beberapa menit. Misalnya petugas kesehatan ingin menjelaskan siklus hidup dan perkembangan biakan nyamuk aedes aegypti dengan media. Sebaliknya media mampu memperlambat suatu kejadian atau peristiwa, dengan cara memperlambat penayangan hasil suatu rekaman. Kemampuan media dari ciri manipulatif memerlukan perhatian sungguh-sungguh karena apabila terjadi kesalahan dalam pengaturan, atau pemotongan bagian-bagian tertentu akan dapat mengakibatkan salah penafsiran dari sasaran.
3. Ciri Distributif (Distributive Property), dengan ciri ini memungkinkan media mentransformasikan suatu kejadian melalui ruang dan secara bersamaan kejadian tersebut dapat disajikan kepada sejumlah besar sasaran dengan stimulus pengalaman yang relatif sama.

### **3. Klasifikasi Media**

Media kesehatan pada hakikatnya merupakan alat bantu pendidikan yang biasa yang digunakan dalam bentuk Audio Visual Aids (AVA) disebut sebagai media kesehatan karena alat-alat tersebut merupakan saluran (channel) untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan guna mempermudah penerimaannya bagi

masyarakat atau “klien” (Notoatmodjo, 2007). Media kesehatan dibagi menjadi 3 berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan kesehatan, yaitu :

### 1. Media Cetak

Variasi media cetak antara lain :

- a. Booklet : media kesehatan yang berupa buku, baik tulisan, maupun gambar.
- b. Leaflet : media kesehatan yang berupa lembaran yang dilipat. Isi informasi dan bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi
- c. Flyer (Selebaran) : mirip dengan leaflet tapi tidak dilipat
- d. Flip chart (Lembar balik) : media kesehatan yang berbentuk lembar balik. Biasanya dalam bentuk baki, dimana tiap lembarnya berisi gambar peraga dan dibaliknya informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut.
- e. Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah, yang berisi suatu pembahasan masalah kesehatan ataupun hal-hal lain yang berkaitan dengan kesehatan.
- f. Poster : media kesehatan yang biasanya tempel di tembok-tembok, di tempat umum, maupun dikendaraan umum.
- g. Foto-foto yang mengungkapkan informasi-informasi kesehatan.

### 2. Media Elektronik

Berikut adalah berbagai jenis media elektronik yang dapat digunakan sebagai media kesehatan, yaitu :

- a. Televisi : penyampain pesan atau informasi kesehatan dapat berbentuk sandiwara, sinetron, forum diskusi atau tanya jawab sekitar masalah kesehatan, pidato (ceramah), TV, sport, kuis atau cerdas cermat dan sebagainya .
- b. Radio : penyampain pesan atau informasi kesehatan dapat berbentuk obrolan, sandiwara radio, ceramah, radio spot, dan lainnya
- c. Video : penyampaian pesan atau informasi kesehatan yang berupa video
- d. Slide atau powerpoint : penyampaian pesan atau informasi kesehatan berupa slide.
- e. Film strip : penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam film strip

### 3. Media video

Penelitian Erviana dkk (2012), menyatakan bahwa responden yang diberikan penyuluhan dengan video memiliki pengetahuan baik karena informasi yang disampaikan lebih mudah dipahami. Penyuluhan menggunakan media video mulai sering digunakan seiring dengan perkembangan teknologi karena dinilai efektif untuk penyampaian pesan

kepada masyarakat dibandingkan dengan penyuluhan kesehatan tanpa media atau hanya dengan media ceramah, seminar, diskusi, *power point* yang sifatnya masih konvensional.

## **F. Video Animasi**

### **1. Media pembelajaran Video Animasi**

Pada media pembelajaran video animasi terdapat penampilan yang memedukan antara audio dan visual. Arsyad (2014:89) menyebutkan “media berbasis visual animasi (image atau perumpamaan) memegang peranan yang sangat penting dalam proses pembelajaran”. media visual animasi dapat memperlancar pemahaman (misalnya melalui elaborasi struktur dan organisasi ) dan memperkuat ingatan. Visual animasi pula dapat menumbuhkan minat siswa dan dapat memberikan hubungan antara isi pelajaran dengan dunia nyata. Agar mejadi efektif, visual animasi sebaliknya ditempatkan pada konteks yang bermakna dan siswa harus berinteraksi dengan visual (image) itu untuk menyakinkan terjadinya proses informasi.

Sedangkan Munir (2012:334) dalam Sastrawan dkk. Menyebutkan “visual animasi adalah proses penciptaan efek gerak atau efek perubahan bentuk yang terjadi selama beberapa waktu”. Animasi bisa berupa gerak sebuah objek dari tempat satu ketempat lain, perubahan warna, atau perubahan bentuk. Media animasi dapat diartikan juga sebagai kumpulan gambar yang berisikan gerakan.

### **2. Kekurangan Pembelajaran Media Video Animasi**

Sebuah alat atau sesuatu di muka bumi ini selain memiliki kelebihan juga memiliki kekurangan atau kelemahan seperti halnya media pembelajaran video animasi. Menurut Daryanto (2010:88) bahwa video juga memiliki kelemahan sebagai berikut:

- a. Fine details, yaitu tidak dapat menampilkan obyek sampai sekecil-kecilnya dengan sempurna.
- b. Size information, video tidak dapat menampilkan obyek dengan ukuran yang sebenarnya.
- c. Third Dimention, harus mengatur pengambilan gambar.
- d. Opposition, pengambilan yang kurang tepat dapat menyebabkan timbulnya keraguan penonton dalam menafsirkan gambar yang dilihatnya.
- e. Setting, pentingnya penulisan naskah untuk memperjelas obyek.
- f. Metrial. Pendukung, video membutuhkan alat proyeksi untuk dapat menampilkan gambar yang ada didalamnya.
- g. Budget, biaya yang dibutuhkan untuk membuat v ideo tidak sedikit

### **3. Langkah-Langkah Membuat Video Animasi**

Menurut Octosa (2017) membuat video animasi terdiri dari beberapa langkah yaitu :

- a. Siapkan ide cerita
- b. Buat cerita dalam storyboard.
- c. Gambar model karakter yang diinginkan.
- d. Buat sketsa animasinya.
- e. Gambar frame kunci.
- f. Periksa alur pergerakan animasi.
- g. Rapikan gambarnya.proses video animasi dengan aplikasi pembuatan video.

### **4. Pengaruh Pemberian Media Animasi Sesudah Intervensi**

Menurut Nurul (2015) Peningkatan pengetahuan dan sikap responden dengan metode media animasi karena penyuluh memberikan proses belajar mengajar pada responden dengan memanfaatkan semua alat inderanya dan memutar media animasi sebanyak 3 kali pemutaran. Menurut penelitian Siwi,dkk (2014) media audio visual sesuai untuk anak usia sekolah arena dapat mengembangkan imajinasi dan aktivitas belajar anak dalam suasana menyenangkan sehingga dapat merangsang minat belajar anak karena ditampilkan dalam bentuk animasi yang menarik dan mudah dipahami. Media ini cukup menyenangkan sesuai dengan perkembangan kognitif anak usia sekolah yang mayoritas respondennya berumur 11 tahun berada dalam tahap operasional konkrit artinya aktivitas mental yang difokuskan pada objek-objek peristiwa nyata atau konkrit. Menurut Notoatmodjo (2007), pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (30%) dan indera pendengaran (10%). Media ini dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi anak kemudian anak tersebut diharapkan mulai belajar menerapkan hal yang dipelajari sehingga akhirnya dapat membentuk pengetahuan dan sikap yang baik dalam menjalankan gizi seimbang.