

Edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayur) untuk Siswa di SDN Mulyorejo I Surabaya

Nur Rahma Febriani¹, Fariani Syahrul², Mirza Ludita³, Mezaluna Prabasanti⁴,
Ambarsih Prameswari⁵, Shakila Aliyahputri Syahril⁶, Anggi Prabawa
Pasaribu⁷, Engrasia Widyadhana⁸, Aulia Izza Syahrani⁹, Dinda Zhafira¹⁰
Universitas Airlangga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}

nur.rahma.febriani-2020@fkm.unair.ac.id¹, fariani.s@fkm.unair.ac.id², mirza.ludita-2020@fkm.unair.ac.id³, mezaluna.prabasanti-2020@fkm.unair.ac.id⁴, ambarsih.prameswari-2020@fkm.unair.ac.id⁵, shakila.aliyahputri.syahril-2020@fkm.unair.ac.id⁶, anggi.prabawa.pasaribu-2020@fkm.unair.ac.id⁷, engrasia.wisyadhana-2020@fkm.unair.ac.id⁸, aulia.izza.syahrani-2020@fkm.unair.ac.id⁹, dinda.zhafira-2020@fkm.unair.ac.id¹⁰

Submission: 2024-05-20

Received: 2024-06-27

Published: 2024-06-30

Keywords:
fruits and
vegetables,
education,
elementary
school

Abstract. A lack of fruit and vegetable intake can increase the risk of malnutrition and obesity, which contribute to the prevalence of non-communicable diseases such as coronary heart disease, stroke, hypertension, and diabetes mellitus. Among elementary school children, a significant factor is the lack of awareness about the importance of consuming these foods. The GEMBUS (Movement for Eating Fruits and Vegetables) educational activity conducted at SDN Mulyorejo I Surabaya used visual, audio, and audio-visual media to address the awareness issue regarding the importance of consuming fruits and vegetables. This activity targeted students from classes 5A and 6A during the 2022/2023 academic year, with a total of 71 students. The objective of the GEMBUS education was to increase knowledge about the importance of consuming fruits and vegetables. The Wilcoxon test was used to determine the difference between the pre-test and post-test results. With a p-value of 0.000 ($\alpha < 0.05$), the study concluded that the GEMBUS educational activity successfully achieved its goal of raising awareness about the importance of fruit and vegetable consumption among the target group.

Kata kunci:
Buah dan Sayur,
Edukasi, Sekolah
Dasar

Abstrak. Kekurangan asupan buah dan sayuran dapat meningkatkan risiko terhadap masalah kekurangan gizi dan obesitas, yang turut berperan dalam meningkatkan prevalensi penyakit tidak menular seperti penyakit jantung coroner, stroke, hipertensi, dan diabetes melitus. Di antara anak-anak sekolah dasar, kurangnya kesadaran tentang pentingnya mengonsumsi makanan ini adalah faktor yang signifikan. Kegiatan edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayuran) yang dilakukan di SDN Mulyorejo I Surabaya menggunakan media visual, audio, dan audio-visual diselenggarakan untuk mengatasi masalah kesadaran akan pentingnya mengonsumsi buah dan sayur. Kegiatan ini menargetkan siswa dari Kelas 5A dan 6A selama tahun akademik 2022/2023, dengan total 71 siswa. Tujuan

dari pendidikan GEMBUS adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayuran. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk memastikan perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Dengan nilai p sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$), penelitian menyimpulkan bahwa kegiatan edukasi GEMBUS berhasil mencapai tujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya konsumsi buah dan sayuran di antara kelompok sasaran.

1 Pendahuluan

Salah satu faktor krusial dalam usaha untuk meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) di Indonesia adalah derajat kesehatan masyarakat. Derajat kesehatan bukan hanya hasil dari layanan kesehatan yang memadai, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat itu sendiri (Kemenkes, 2011). Perilaku masyarakat, termasuk kebiasaan sehari-hari seperti mencuci tangan, mengonsumsi makanan-makanan yang bergizi, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan menghindari perilaku yang berisiko seperti merokok dan penyalahgunaan alkohol, juga sangat berpengaruh. Perilaku sehat ini perlu dibudayakan melalui edukasi dan kampanye kesehatan yang efektif.

Pada tahun 1996, Kementerian Kesehatan meluncurkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Program ini yang memiliki tujuan utama untuk mengubah perilaku masyarakat guna meningkatkan derajat kesehatan. Inti dari PHBS adalah memberdayakan masyarakat agar mereka menjadi agen perubahan yang proaktif dalam meningkatkan kualitas hidup yang bersih dan sehat. Dengan demikian, setiap keluarga dan anggotanya diharapkan mampu menjaga kesehatan diri sendiri serta berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan-kegiatan bermasyarakat yang mendukung gaya hidup sehat.

Dalam program PHBS untuk rumah tangga, terdapat sepuluh indikator perilaku hidup bersih dan sehat, salah satunya adalah mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Konsumsi buah dan sayur sangat penting dilakukan sehari-hari karena kaya akan vitamin dan mineral yang esensial bagi kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan tubuh (Isnainingsih et al., 2022), terutama bagi anak-anak usia sekolah dasar. Masa kanak-kanak merupakan fase yang sangat penting karena pada periode ini terjadi proses pembentukan jaringan dan perkembangan yang sangat cepat. Fase ini memegang peran krusial dalam membentuk fondasi jaringan serta mendukung pertumbuhan yang pesat (Zubaidi et al., 2022). Namun, realitas saat ini menunjukkan bahwa anak-anak cenderung kurang

mengonsumsi buah dan sayur, padahal kedua jenis makanan ini sangat penting sebagai sumber gizi yang baik. Sebagian besar penduduk Indonesia masih mengonsumsi buah dan sayur di bawah rekomendasi. Menurut World Health Organization (WHO), konsumsi buah dan sayur dikategorikan 'cukup' jika seseorang mengonsumsi setidaknya lima porsi per hari selama tujuh hari dalam seminggu. Sebaliknya, jika konsumsi berada di bawah standar tersebut, maka dianggap 'kurang'. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2013) mengungkapkan bahwa 93,5% penduduk Indonesia dengan rentang usia di atas 10 tahun cenderung mengonsumsi sayur dan buah di bawah rekomendasi yang ditetapkan oleh WHO. Lebih mengkhawatirkan lagi, angka ini meningkat menjadi 96,8% pada tahun 2018, menunjukkan bahwa mayoritas penduduk masih belum mencapai pola konsumsi yang sehat sesuai anjuran. Proporsi kelompok usia yang tidak mengonsumsi buah atau sayur per hari dalam seminggu di provinsi Jawa Timur, kelompok usia 10-14 tahun sebesar 13,28% dan merupakan angka dua tertinggi setelah kelompok usia 5-9 tahun. Di kota Surabaya pada tahun 2018, proporsi kelompok usia yang tidak mengonsumsi buah atau sayur per hari dalam seminggu sebesar 12,23%. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada tantangan dalam meningkatkan konsumsi buah dan sayur di kota Surabaya meskipun proporsi tersebut sedikit menurun dalam periode tersebut.

Kurangnya konsumsi buah dan sayur oleh masyarakat dapat menjadi salah satu faktor risiko malnutrisi dan obesitas. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular seperti penyakit jantung koroner, stroke, hipertensi, dan diabetes melitus (Wijayanti et al., 2022). Berbagai faktor mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah, termasuk usia, jenis kelamin, tingkat ekonomi orang tua, pengetahuan, *self-efficacy*, serta sayur dan buah yang tersedia di lingkungan tempat tinggal (Agestika et al., 2022). Salah satu penyebab rendahnya konsumsi buah dan sayur yang terjadi pada anak-anak usia sekolah dasar adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur (Ruaida et al., 2020). Penelitian oleh Rachman et al. (2017) mengindikasikan adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur.

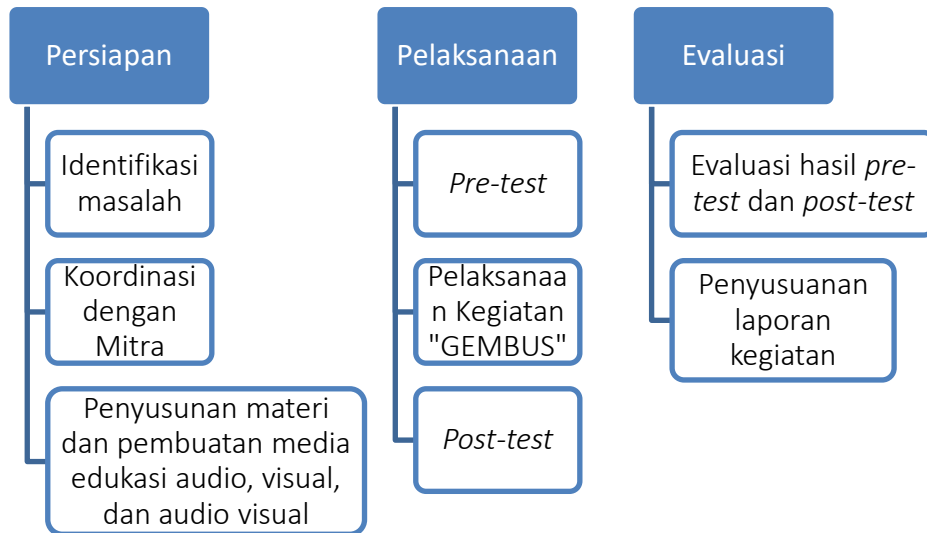
Pemberian edukasi terkait mengonsumsi buah dan sayur sejak dini sangat penting karena informasi yang diperoleh dapat mempengaruhi perilaku sehari-hari, termasuk pola konsumsi makanan (Ladiba et al., 2021). Oleh karena itu, program edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayur) dilaksanakan pada anak-anak usia sekolah dasar di SDN Mulyorejo I Surabaya untuk meningkatkan perilaku mengonsumsi buah dan sayur. Tujuan utama dari edukasi "GEMBUS" adalah untuk

meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayuran, sehingga mereka dapat mengadopsi kebiasaan makan yang lebih sehat dan berkelanjutan.

2 Metode

Kegiatan edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayur) dilaksanakan di SDN Mulyorejo I Surabaya merupakan kegiatan yang memanfaatkan penggunaan media visual, audio, dan audio visual. Kelompok sasaran dalam kegiatan edukasi ini merupakan siswa dan siswi Kelas 5A dan 6A SDN karena memenuhi kriteria kelompok sasaran program, yaitu anak berusia 10-14 tahun. SDN Mulyorejo I Surabaya tahun ajaran 2022/2023 ganjil sebanyak 71 siswa dan siswi. Target keberhasilan program edukasi "GEMBUS" adalah meningkatnya pengetahuan siswa dan siswi Sekolah Dasar tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah. Metode yang digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa dan siswi Sekolah Dasar dengan mengevaluasi hasil *pre-test* dan *post-test* sebelum dan setelah kegiatan edukasi. *Pre-test* berupa kuesioner pengetahuan yang terkait konsumsi buah dan sayur dalam bentuk pertanyaan *multiple choice* diberikan sebelum edukasi "GEMBUS" dan *post-test* berupa kuesioner yang sama setelah edukasi "GEMBUS". Evaluasi hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok sasaran dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat apakah terdapat perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Uji *Wilcoxon* dipilih karena hasil uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* memperoleh nilai *p-value* $\alpha < 0,05$, yang mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal. Kategori hasil *pre-test* dan *post-test* terdiri dari tiga kategori: (1) baik jika skor berada pada rentang 100-76; (2) cukup jika skor berada pada rentang 75-56; dan (3) kurang jika skor berada pada rentang ≤ 55 (Arikunto, 2010 dalam Kristyowati, 2022).

Kegiatan edukasi "GEMBUS" menggunakan alat dan sarana yang terdiri dari media visual berupa poster dan *board games*, media audio berupa lagu, dan media audio visual berupa video animasi. Tujuan dilaksanakannya Edukasi "GEMBUS" yang menggunakan media visual, audio, dan audio visual dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi sebagai upaya dalam meningkatkan perilaku konsumsi buah dan sayur dengan cara yang menarik sehingga pesan yang ingin disampaikan mudah ditangkap oleh anak usia sekolah dasar. Tahapan kegiatan edukasi "GEMBUS" dapat dilihat pada diagram Gambar 1 berikut;



Gambar 1. Alur Kegiatan Edukasi "GEMBUS"

Gambar 1 merupakan bagan tahapan kegiatan edukasi "GEMBUS" terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Penjelasan secara rinci tahapan-tahapan Gambar 1 tersebut sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada fase persiapan, kolaborasi dengan mitra yang relevan dilakukan untuk mencapai tujuan kegiatan. Tahapan awal melibatkan identifikasi masalah berdasarkan sikap dan perilaku untuk mengevaluasi tingkat permasalahan pada kelompok sasaran. Parameter yang diukur pada sikap adalah kesukaan makan buah dan sayur, manfaat makan buah sayur, kandungan buah dan sayur, dan alasan suka/tidak suka konsumsi sayur dan buah. Sikap diklasifikasikan ke dalam empat kategori berdasarkan skor: sangat positif jika skor berada dalam rentang kuartil 3 hingga Skor Maksimal, positif jika skor berada di antara Median dan kuartil 3, negatif jika skor berada di antara kuartil 1 dan Median, serta sangat negatif jika skor berada di antara Minimal dan kuartil 1. Aspek yang diukur dalam perilaku adalah frekuensi makan buah dan sayur, anjuran dari orang tua, serta kebiasaan makan buah dan sayur. Di sisi lain, perilaku juga dikelompokkan ke dalam empat kategori: baik jika skor berada dalam rentang kuartil 3 hingga Skor Maksimal, cukup jika skor berada di antara Median dan kuartil 3, kurang jika skor berada di antara kuartil 1 dan Median, dan buruk jika skor berada di antara Minimal dan kuartil 1.

Setelah itu, dilakukannya koordinasi dengan mitra untuk pelaksanaan kegiatan. SDN Mulyorejo I Surabaya menjadi mitra kegiatan edukasi ini sebagai kelompok sasaran. Selanjutnya, tim

melakukan penyusunan materi dan pembuatan media edukasi sesuai kajian permasalahan sehingga tercapai kompetensi sesuai tujuan dalam kegiatan ini. Media edukasi yang dibuat terdiri dari media visual, media audio, dan media audio visual. Bentuk edukasi disiapkan sesuai hasil analisis media edukasi yang disukai oleh mayoritas kelompok sasaran. Analisis media edukasi yang dipilih berdasarkan hasil kuesioner pada kelompok sasaran.

b. Tahap Pelaksanaan

Langkah selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan edukasi "GEMBUS". Tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa fase, termasuk *pre-test*, pelaksanaan kegiatan, dan *post-test*. Fungsi dari *pre-test* dan *post-test* adalah untuk mengevaluasi pencapaian tujuan kegiatan, yaitu meningkatkan pemahaman tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur. Untuk mempermudah siswa dalam menjawab *pre-test* dan *post-test*, disiapkan kuesioner berbentuk pertanyaan pilihan ganda yang berkaitan dengan mengonsumsi buah dan sayur. *Pre-test* dan *post-test* disiapkan sebelum dan setelah dilakukan edukasi "GEMBUS".

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, dilakukan analisis terhadap target kegiatan edukasi "GEMBUS" dan penyusunan laporan kegiatan.

3 Hasil

Kegiatan edukasi "GEMBUS," seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, terbagi menjadi tiga tahap, yakni tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahapan-tahapan tersebut akan dijelaskan secara rinci dari awal hingga akhir sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, dimulai dengan mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh kelompok sasaran menggunakan data sekunder dan data primer. Pengumpulan Data primer dilakukan melalui wawancara dengan pihak sekolah yaitu SDN Mulyorejo I Surabaya, serta pengukuran sikap serta perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur dari anggota kelompok sasaran. Kelompok sasaran adalah siswa dan siswi kelas 5A dan 6A sebanyak 71 orang. Distribusi hasil pengukuran sikap dan perilaku mengonsumsi buah dan sayur siswa dan siswi tersebut dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Distribusi Hasil Pengukuran Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Siswa dan siswi

Kategori Sikap	Jumlah siswa dan siswi	%
Sangat Positif	22	30,6
Positif	25	34,7
Negatif	6	9,7
Sangat Negatif	18	25
Total	71	100

Hasil pengukuran sikap dalam mengonsumsi buah dan sayur pada Tabel 1, diketahui bahwa mayoritas sikap siswa dan siswi kelas 5A dan 6A memiliki sikap dalam mengonsumsi buah dan sayur positif sebanyak 34,7% siswa dan siswi. Dari hasil identifikasi masalah pada kelompok sasaran masih banyak yang memiliki sifat dalam mengonsumsi buah dan sayur yang masuk dalam kategori negatif dan sangat negatif (34,7%).

Tabel 2. Distribusi Hasil Pengukuran Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur

Kategori Perilaku	Jumlah siswa dan siswi	%
Perilaku Baik	22	31
Perilaku Cukup	22	31
Perilaku Kurang	13	18,3
Perilaku Buruk	14	19,7
Total	71	100

Berdasarkan hasil pengukuran perilaku mengonsumsi buah dan sayur seperti ditunjukkan pada Tabel 2, diketahui bahwa mayoritas sikap siswa dan siswi kelas 5A dan 6A memiliki perilaku konsumsi buah

dan sayur baik dan cukup masing-masing sebanyak 31% siswa dan siswi. Dari hasil identifikasi masalah bahwa perilaku mengonsumsi buah dan sayur pada kelompok sasaran dalam kategori kurang dan buruk masih cukup tinggi (38%).

Setelah menganalisis hasil identifikasi masalah selanjutnya berkoordinasi dengan mitra, yakni SDN Mulyorejo I Surabaya untuk melanjutkan kegiatan ke tahapan pelaksanaan. Koordinasi dilakukan Bersama Bapak Kepala Sekolah SDN Mulyorejo I dan wali kelas 5A dan 6A. Selain koordinasi, kami juga meminta masukan terkait pelaksanaan edukasi "GEMBUS" kepada Bapak Kepala Sekolah yang dapat menjadi bahan pertimbangan pada rangkaian kegiatan edukasi "GEMBUS".

Selain melakukan pengukuran sikap dan perilaku mengonsumsi buah dan sayur pada kelompok sasaran, kami juga menganalisis media edukasi yang disukai oleh kelompok sasaran. Hal tersebut dilakukan supaya materi dan media edukasi yang kami buat sesuai dengan hasil analisis media yang disukai oleh kelompok sasaran, sehingga diharapkan kelompok sasaran lebih antusias selama pelaksanaan kegiatan "GEMBUS". Hasil analisis media visual mayoritas kelompok sasaran menyatakan menyukai penyampaian pesan melalui media visual berupa poster (49,3%) dibandingkan dengan sticker, pin, *pamphlet*, kaos, infografis, buku, dan media sosial. Untuk media audio, mayoritas kelompok sasaran menyukai media audio berupa musik (91,7%) dibandingkan dengan radio dan podcast, sedangkan untuk media audio visual mayoritas kelompok sasaran menyukai kartun (37,5%) dibandingkan dengan film, *reality show*, *talkshow*, video singkat, komedi, sinetron, berita, *infotainment*, dan drama.

Langkah berikutnya, kami melakukan penyusunan dan pembuatan materi dan media edukasi dengan media visual, audio, dan audio visual. Media edukasi "GEMBUS" dibuat berdasarkan hasil analisis media yang disukai kelompok sasaran, yakni media visual berupa poster dan *board games*, media audio berupa lagu, dan media audio visual berupa video animasi.

b. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Dalam kegiatan Edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayur) yang diselenggarakan oleh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga di SDN Mulyorejo I Surabaya berfokus kepada upaya meningkatkan perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur bagi anak sekolah dasar. Setelah melalui tahapan persiapan, kegiatan edukasi "GEMBUS" dilaksanakan di SDN Mulyorejo I Surabaya pada tanggal 2 Desember 2022.

Kegiatan dimulai dengan pengenalan dan kemudian dilanjutkan mengisi *pre-test* dalam bentuk kuesioner *multiple choice*. Selanjutnya dilanjutkan dengan edukasi menggunakan media visual, audio, dan audio visual. Media visual yang digunakan berupa poster yang berisi informasi manfaat mengonsumsi buah dan sayur serta takaran yang tepat dalam mengonsumsi buah dan sayur. Selain itu, media visual berupa *board games* bertemakan macam-macam vitamin pada buah dan sayur sesuai dengan manfaatnya. *Board games* dimainkan secara berkelompok dan di akhir kegiatan terdapat *reward* bagi kelompok yang mendapatkan nilai tertinggi. Selanjutnya memutar media audio berupa lagu yang berisi ajakan makan buah dan sayur yang disertai dengan penjelasan macam-macam buah dan sayur. Terakhir edukasi menggunakan media audio visual berupa video animasi yang berisi ajakan pentingnya konsumsi buah dan sayur, macam-macam buah dan sayur serta manfaatnya. Setelah edukasi dilanjutkan dengan *post-test* untuk mengukur pengetahuan siswa dan siswi setelah diberikan edukasi "GEMBUS".

Karakteristik dari kelompok sasaran yang diamati menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang meliputi usia dan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 3. Berdasarkan Tabel 3 diketahui mayoritas jenis kelamin kelompok sasaran adalah Laki-laki sebanyak 38 siswa dan siswi (53,5%). Mayoritas kelompok sasaran berusia 11 tahun sebanyak 34 siswa dan siswi (47,9%).

Tabel. 3 Distribusi Karakteristik Kelompok Sasaran

No.	Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	38	53,5
	Perempuan	33	46,5
	Total	71	100
2.	Usia		
	10	3	4,2
	11	34	47,9
	12	32	45,1
	13	2	2,8
	Total	71	100

Tabel 4 menunjukkan distribusi hasil *pre-test* dan *post-test* siswa dan siswi Kelas 5A dan 6A. Hasil kategori pengetahuan yang terbagi menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Tabel 4 menunjukkan, pada hasil *pre-test*, mayoritas kelompok sasaran memiliki kategori pengetahuan kurang sebanyak 50 siswa (70,4%). Pada hasil *post-test*, mayoritas kelompok sasaran memiliki kategori cukup (49,3%). Distribusi hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pada kategori baik sebanyak 28,2%. Pada kategori cukup terjadi peningkatan sebanyak 19,7%, dan pada kategori kurang terjadi penurunan sebanyak 47,9%.

Tabel 4. Distribusi Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>post-test</i>	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	0	0,0	20	28,2
Cukup	21	29,6	35	49,3
Kurang	50	70,4	16	22,5
Total	71	100	71	100

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan salah satunya melihat hasil *pre-test* dan *post-test* saat dilaksanakannya kegiatan edukasi “GEMBUS”. Hasil uji *Wilcoxon* dapat dilihat pada Tabel 5. Tabel 5 menunjukkan hasil analisis data hasil *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji *Wilcoxon*. Dari hasil uji *Wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan hasil test sebelum dan sesudah diberikannya edukasi “GEMBUS”. Berdasarkan hasil *pre-test* nilai median sebesar 46,15 dan nilai min-maks sebesar 15-85. Setelah diberi perlakuan terdapat peningkatan nilai median menjadi 61,54 dengan nilai min-maks 38-92.

Tabel 5 Hasil Uji *Wilcoxon*

Variabel	Median	Min-Maks	<i>P-Value</i>
<i>Pre-Test</i>	46,15	15-85	,000
<i>Post-test</i>	61,54	38-92	

4 Pembahasan

Kegiatan edukasi “GEMBUS” pada 71 siswa dan siswi kelas 5A dan 6A SDN Mulyorejo I Surabaya dilakukan dengan memberikan edukasi tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur, macam buah dan sayur, manfaat konsumsi buah dan sayur, dan ajakan untuk konsumsi buah dan sayur. Kegiatan edukasi diawali dengan *pre-test* menggunakan kuesioner dengan

tipe jawaban pilihan ganda. Setelah melakukan *pre-test* dilanjutkan dengan edukasi "GEMBUS" menggunakan media.

Media pembelajaran dimanfaatkan untuk meningkatkan efektivitas proses belajar mengajar dengan memfasilitasi komunikasi yang lebih baik dan membantu anak-anak serta siswa-siswa dalam memahami materi secara lebih mendalam (Mayasari et al., 2021). Dalam kegiatan edukasi "GEMBUS," terdapat tiga jenis media yang digunakan, yaitu media visual, audio, dan audio visual. Media visual mencakup poster dan permainan papan yang hanya menggunakan indra penglihatan. Media audio berperan dalam menyampaikan pesan melalui simbol-simbol auditif atau suara, baik verbal maupun nonverbal (Barus et al., 2022), seperti dalam kegiatan edukasi "GEMBUS" yang menggunakan lagu sebagai media audio. Media audio visual mencakup berbagai objek yang dapat dilihat, didengar, dibaca, dimanipulasi, atau dibicarakan, yang secara efektif digunakan dalam konteks program belajar mengajar untuk meningkatkan efisiensi dan efektivitasnya (Hafifah et al., 2021), seperti video animasi yang digunakan dalam kegiatan edukasi "GEMBUS". Bentuk edukasi tidak hanya dengan pemaparan terkait pentingnya mengonsumsi buah dan sayur, tetapi juga dengan *board games* yang dimainkan secara berkelompok. *Board games* yang disediakan berupa games tebak jenis vitamin yang terkandung di dalam buah atau sayur dan manfaatnya bagi tubuh. Kelompok yang mendapatkan skor tertinggi akan diberikan *reward* di akhir acara.

Setelah kegiatan penggunaan media pembelajaran, dilanjutkan dengan *post-test* sebagai evaluasi edukasi "GEMBUS". Selain pembagian reward bagi pemenang pada akhir kegiatan edukasi "GEMBUS", diberikan juga sesi kreasi menghias buah. Diharapkan dengan sesi kreasi buah dapat menstimulus siswa dan siswi untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur sehari-hari.





Gambar 2. Kegiatan Edukasi “GEMBUS”

Kegiatan edukasi “GEMBUS” yang dilaksanakan di SDN Mulyorejo 1 Surabaya dapat dilihat pada Gambar 2. Pada Gambar 2 kiri atas, kegiatan saat menampilkan audio berupa lagu dan video animasi kepada siswa dan siswi. Gambar 2 kanan atas adalah kegiatan media visual berupa permainan board game pada siswa dan siswi. Gambar 2 kiri bawah merupakan kegiatan penjelasan melalui media visual poster. Gambar 2 kanan bawah adalah pemberian *reward* setelah kegiatan edukasi selesai dilaksanakan.

Dari hasil analisis, terungkap bahwa 19,4% dari kelompok sasaran menunjukkan perilaku konsumsi buah dan sayur dalam kategori buruk, sementara 19,4% lainnya dalam kategori kurang. Selain itu, pengetahuan terkait konsumsi buah dan sayur juga diukur, dengan 20% dari kelompok sasaran memiliki pengetahuan yang buruk tentang hal tersebut. Berdasarkan hasil analisis masalah ini, kami menyelenggarakan kegiatan edukasi “GEMBUS” yang melibatkan penggunaan media visual, audio, dan audio visual kepada kelompok sasaran. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman anak-anak usia sekolah dasar terkait pentingnya mengonsumsi buah dan sayur.

Pada evaluasi keberhasilan kegiatan edukasi “GEMBUS,” terlihat adanya peningkatan pengetahuan pada peserta tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur. Hasil uji Wilcoxon terhadap skor *pre-test* dan *post-test* memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Pada saat *pre-test*, median nilai skornya adalah 46,15, yang kemudian meningkat menjadi 61,54 pada *post-test*. Rentang nilai (min-maks) pada *pre-test* adalah 15-85, yang mengalami peningkatan menjadi 38-92 pada *post-test*. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, diperoleh kesimpulan bahwa pemberian edukasi “GEMBUS” efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi Kelas 5A dan 6A SDN Mulyorejo I Surabaya.

Hasil dari kegiatan "GEMBUS" ini konsisten dan sejalan dengan penelitian Indah & Junaidi (2021) yang mengungkapkan dampak signifikan dari penggunaan media poster menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang sayur dan buah di kalangan siswa dan siswi Dayah Inshafuddin pada tahun 2019. Penggunaan poster sebagai alat bantu dapat mempengaruhi efektivitas penyuluhan dengan mempermudah penyampaian materi dan memberikan ilustrasi yang jelas kepada penyuluh. Menurut Ariestia et al. (2021), pendidikan gizi yang menggunakan media audio berupa lagu dapat meningkatkan pengetahuan gizi siswa dan siswi sekolah dasar. Peningkatan pengetahuan mengenai mengonsumsi buah dan sayur yang meningkat terjadi karena informasi disampaikan dengan cara yang menarik, sehingga mampu membangkitkan minat belajar di kalangan anak-anak. Selain itu, menurut penelitian Salsabila et al. (2019), edukasi menggunakan media video animasi juga berdampak positif terhadap pengetahuan tentang manfaat konsumsi sayur dan buah. Dengan Media audiovisual ini dapat merangsang imajinasi serta aktivitas belajar siswa dan siswi dalam suasana yang menyenangkan, sehingga meningkatkan minat belajar mereka melalui presentasi yang menarik berbentuk animasi.

Pada kegiatan edukasi "GEMBUS" kelompok sasaran terlihat antusias saat penyampaian materi berlangsung. Kelompok sasaran juga menyatakan lebih mengerti dan paham pentingnya mengonsumsi buah dan sayur setelah diberikan edukasi dengan media visual, audio, dan audiovisual. Meskipun telah mencapai indikator keberhasilan program, terdapat kendala yang ditemui saat pelaksanaan kegiatan. Kurang memadainya sarana prasarana yang tersedia di SDN Mulyorejo I. Semula siswa dan siswi kelas 5 dan 6 direncanakan berkumpul pada satu tempat secara bersamaan menjadi terpisah di kelas masing-masing karena ruangan auditorium digunakan untuk kegiatan lain. Selain itu, tidak tersedianya proyektor dan *sound* sehingga saat pemutaran lagu dan video animasi menggunakan alternatif gawai tablet dan *speaker portable*. Walaupun terdapat hambatan seluruh rangkaian acara pada kegiatan edukasi "GEMBUS" dapat terlaksanakan. Media edukasi juga diberikan kepada pihak sekolah dengan harapan dapat digunakan sebagai edukasi upaya peningkatan perilaku konsumsi buah dan sayur kedepannya. Media poster diberikan sebanyak tiga salinan sehingga dapat ditempel di masing-masing sekolah, sedangkan media lagu dan video animasi diunggah ke kanal youtube supaya dapat diputarkan kembali oleh pihak sekolah.

5 Kesimpulan

Kegiatan edukasi GEMBUS (Gerakan Makan Buah dan Sayur) telah dilaksanakan di SDN Mulyorejo I Surabaya dengan kelompok sasaran kelas 5A dan 6A pada tanggal 2 Desember 2022 dengan baik dan lancar. *Output* yang diharapkan telah tercapai berdasarkan hasil evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test*, yaitu meningkatkan pengetahuan terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kelompok sasaran. Kelompok sasaran juga menyatakan antusias dan lebih paham terkait pentingnya mengonsumsi buah dan sayur dengan media edukasi yang telah mahasiswa buat. Pelaksanaan edukasi pentingnya mengonsumsi buah dan sayur diharapkan akan terus dilakukan oleh pihak mitra, yakni SDN Mulyorejo I Surabaya supaya perilaku konsumsi buah dan sayur pada usia sekolah dasar meningkat.

6 Pengakuan

Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang terlibat dalam kegiatan ini, yaitu kepada Kepala Sekolah SDN Mulyorejo I Surabaya yang telah memberi izin dilaksanakan kegiatan edukasi "GEMBUS", Wali kelas 5 dan 6 SDN Mulyorejo I yang telah membantu pelaksanaan kegiatan sehingga dapat terlaksana secara kondusif dan penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak lain yang terlibat yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

7 Referensi

- Agestika, L., Srimati, M., & Jenie, R. P. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu PAUD tentang Gizi Seimbang dan Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah di Desa Sukanagalih, Cianjur. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(3), 450. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i3.389>
- Ariestia, I., Suaebah, & Nopriantini. (2021). Pendidikan Gizi Melalui Media Audio Kinestik Terhadap Peningkatan Pengetahuan Serta Konsumsi Sayur dan Buah Pada Anak Sekolah. *Pontianak Nutrition Journal*, 4(2), 105–111. <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/PNJ/index>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514>
- Barus, P. A. B., Tambunan, M. A., Frince, M., Sitanggang, M. R., Gusar, & Siregar, J. (2022). Pengaruh Media Audio Terhadap Kemampuan

- Menulis Puisi Siswa. *Jurnal Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2), 176–184. <https://doi.org/10.47709/jbsi.v2i2.1841>
- Hafifah, V. N., Widad, S., Mabruro, N., & Laila, N. (2021). PKM Konseling Personal Hygiene pada Lansia di Wilayah Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton Probolinggo. *GUYUB: Journal of Community Engagement*, 2(3), 655–661. <https://doi.org/10.33650/guyub.v2i3.2790>
- Indah, J., & Junaidi, J. (2021). Efektivitas Penggunaan Poster dan Video Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap tentang Buah dan Sayur Pada Siswa Dayah Terpadu Inshafuddin. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 129–135. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i2.311>
- Isnainingsih, T., Ni' Matuzzakiyah, E., Khamid, A., & Anggoro, S. (2022). Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Komsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SD. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(3), 351–360. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Kristyowati, A. D. (2022). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Terhadap Penggunaan Obat Tanpa Resep Dokter di Desa Muncang Kabupaten Lebak Periode Juni 2021. *PHRASE (Pharmaceutical Science) Journal*, 2(1), 71–83. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/Phrase/index>
- Ladiba, A., Zulfaa, A., Djasmin, A., Mevya, A., Safitri, A., Akifah, ul, & Purwanti, R. (2021). The effect of nutrition education to increase knowledge and vegetable-fruit consumption among elementary school children with overweight. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 110–120.
- Mayasari, A., Pujasari, W., Ulfah, & Arifudin, O. (2021). Pengaruh Media Visual pada Materi Pembelajaran Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal Tahsinia (Jurnal Karya Umum Dan Ilmiah)*, 2(2), 173–179. <https://doi.org/https://doi.org/10.57171/jt.v2i2.303>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 Pedoman Bersih Dan Sehat (PHBS) (2011).
- Rachman, B. N., Mustika, I. G., & Kusumawati, I. G. A. W. (2017). Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 1858–4942.

- Ruaida, N., & Aprilian Lestaluhu, S. (2020). Promosi Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Sekolah MIT As-Salam Ambon. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 24–28. <http://repo.poltekkes-maluku.ac.id/id/eprint/39/1/Promosi%20Konsumsi%20Sayur%20Dan%20Buah%20Pada%20Anak%20Sekolah%20MIT%20As%20Salam%20Ambon.pdf>
- Salsabila, S. T., Rahmat, M., Suprihartono, F. A., Gumilar, M., Ni'mah, E. S., & Jannah, E. W. (2019). Edukasi Dengan Media Video Animasi dan Powerpoint. *Jurnal Riset Kesehatan Piltekkes Kemenkes Bandung*, 11(1), 183–190.
- Wijayanti, W., Manikam, R. M., Mardiyah, S., & Dwiwana, P. (2022). Penyuluhan Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur Serta Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 2(2), 92–97. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v2i2.1259>
- Zubaidi, A., Harmonis, M., & Marzuki, I. (2022). PKM Pendampingan Pola Hidup Bersih dan Sehat pada Peserta Didik Taman Pengasuhan Anak Ar-Rahman Pondok Pesantren Nurul Jadid. *GUYUB Journal of Community Engagement*, 3(1), 63–75. <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/guyub/article/view/3678/pdf>