

PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP KONSUMSI VITAMIN A PADA SISWA SD SWASTA TAHFIDZ QURAN HIKMATUL FADHILLAH DI KELURAHAN SILULU

Sheylla Azzahra¹, Nadya Ulfa Tanjung²

sheyllaazzahra213@gmail.com¹, nadyaulfatanjung@uinsu.ac.id²

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Vitamin A merupakan salah satu zat gizi mikro yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mata, meningkatkan sistem imun, dan mendukung pertumbuhan anak. Kekurangan vitamin A pada anak usia sekolah dapat menyebabkan gangguan penglihatan, penurunan daya tahan tubuh, serta berdampak pada prestasi belajar. Salah satu penyebab rendahnya konsumsi vitamin A pada anak adalah kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya gizi dan makanan sumber vitamin A. Oleh karena itu, diperlukan metode edukasi yang menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak, salah satunya melalui media video animasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media animasi terhadap konsumsi vitamin A pada siswa SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah di Kelurahan Disilulu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen melalui desain pre-eksperimental one group pretest-posttest design. Jumlah responden sebanyak 49 siswa yang dipilih menggunakan total sampling. Data dianalisis menggunakan uji paired t-test untuk melihat perbedaan konsumsi vitamin A sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi vitamin A siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media animasi. Terjadi peningkatan asupan vitamin A setelah dilakukan intervensi. Hasil uji statistik menggunakan paired t-test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,007 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari edukasi gizi terhadap peningkatan konsumsi vitamin A. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media video animasi efektif sebagai sarana edukasi gizi untuk meningkatkan perilaku konsumsi vitamin A pada anak sekolah. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya pemanfaatan media edukasi interaktif di sekolah dalam mendukung program perbaikan gizi anak.

Kata Kunci: Edukasi Gizi, Media Animasi, Vitamin A, Siswa Sekolah Dasar, Paired T-Test.

ABSTRACT

Vitamin A is one of the micronutrients that plays an important role in maintaining eye health, boosting the immune system, and supporting children's growth. Vitamin A deficiency in school-aged children can lead to vision problems, decreased immunity, and can affect learning performance. One of the reasons for low vitamin A consumption among children is the lack of knowledge about the importance of nutrition and food sources of vitamin A. Therefore, an engaging and easily understandable educational method for children is needed, one of which is through animated video media. This study aims to determine the impact of nutrition education through animated media on vitamin A consumption among students of SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah in Disilulu Village. This study used a quantitative method with an experimental approach through a pre-experimental one group pretest-posttest design. The number of respondents was 49 students chosen using total sampling. Data were analyzed using a paired t-test to assess the difference in vitamin A consumption before and after the nutrition education intervention. The research results showed a significant difference in the vitamin A consumption of students before and after receiving nutrition education through animation media. There was an increase in vitamin A intake after the intervention was conducted. The results of the statistical test using the paired t-test showed a p-value of 0.007 (p

< 0.05), which means there is a significant effect of nutrition education on the increase in vitamin A consumption. Thus, it can be concluded that animated video media is effective as a means of nutritional education to improve vitamin A consumption behavior among school children. The implications of this research emphasize the importance of utilizing interactive educational media in schools to support child nutrition improvement programs.

Keywords: Nutrition Education, Animation Media, Vitamin A, Elementary School Students, Paired T-Test.

PENDAHULUAN

Vitamin A merupakan Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan kebutaan pada anak-anak dan meningkatkan risiko penyakit dan kematian. Vitamin A adalah nutrisi penting yang diperlukan untuk pertumbuhan dan sistem kekebalan tubuh¹. Vitamin A bermanfaat bagi balita dan anak-anak dengan mencegah infeksi, meningkatkan kekebalan tubuh terhadap penyakit tertentu (seperti infeksi pernapasan, campak, dan diare), membantu mata beradaptasi dengan kondisi gelap, mencegah gangguan sel epitel seperti mata kering dan membran mukosa kering, mencegah kerusakan mata, dan mencegah kebutaan Maulana et al (2021) 2. Salah satu kelompok mikronutrien yang penting dan terdapat dalam berbagai jenis makanan adalah vitamin A. Vitamin A dapat ditemukan dalam produk hewani sebagai ester retinil, sementara karotenoid, terutama provitamin A, terdapat dalam buah-buahan dan sayuran. Vitamin A sangat penting untuk berbagai proses fisiologis. Vitamin A dan provitamin A dalam bentuk alamnya dapat dimetabolisme oleh tubuh manusia menjadi molekul-molekul yang aktif secara fisiologis (retinol, retinal, dan asam retinoat), yang berinteraksi dengan berbagai target molekuler, seperti reseptor nuklir dan opsins retina³.

Produksi protein dan perkembangan sel-sel tubuh sangat dipengaruhi oleh vitamin A. Anak-anak di sekolah seringkali terkena penyakit ini. Gangguan ini terjadi karena anak-anak sering memiliki kebutuhan vitamin A yang tinggi dan akibatnya mengalami kekurangan vitamin A. Selain mendukung fungsi otak, vitamin A juga merupakan antioksidan yang membantu menjaga sistem kekebalan tubuh tetap sehat. Harapan hidup dapat meningkat secara positif dengan menjaga kesehatan yang baik. Anak-anak yang sehat akan memiliki fokus dan stamina yang diperlukan untuk mengikuti kegiatan pendidikan 4.

Menurut World Health Organization (2016)⁵ 190 juta anak prasekolah di seluruh dunia memiliki kadar retinol yang rendah, dan 5,17 juta di antaranya menderita kebutaan malam. Dengan tingkat 47% dan 45% masing-masing, kekurangan vitamin A cukup umum di Asia Selatan dan Afrika Sub-Sahara. Kematian anak secara langsung dipengaruhi oleh kekurangan ini. Kekurangan vitamin A diyakini menjadi penyebab 11.200 kematian akibat campak dan 94.500 kasus diare setiap tahun, dengan sebagian besar kematian terjadi di Asia Selatan dan Afrika Sub-Sahara. Selain itu, kekurangan vitamin A memiliki dampak negatif terhadap kinerja kognitif dan perkembangan fisik siswa sekolah dasar, menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2017). Kekurangan vitamin A dapat mengganggu penglihatan, memori, dan konsentrasi, yang semuanya dapat mempengaruhi prestasi akademik anak-anak 6.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018)⁷ Di Indonesia, 53,5% anak usia 6 hingga 59 bulan mengonsumsi vitamin A sesuai kebutuhan, 28,8% mengonsumsi kurang dari yang dibutuhkan, dan 17,6% belum pernah mengonsumsi suplemen vitamin A. Ketika balita Indonesia mencapai usia sekolah, kecukupan vitamin A mereka dapat terpengaruh oleh rendahnya prevalensi pemberian kapsul vitamin A di kalangan kelompok usia ini. Karena mereka tidak lagi mendapatkan pengobatan langsung seperti tablet vitamin A, anak-anak usia sekolah memerlukan strategi pendidikan untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong kebiasaan konsumsi vitamin A yang baik.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2020), 52,3% anak

berusia 6 hingga 59 bulan mendapatkan suplemen vitamin A. Mengingat 50% anak masih memiliki status vitamin A yang rendah, kekurangan vitamin A masih menjadi masalah di sejumlah provinsi Dinkes Sumut (2020) 8.

Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Simalungun (2017), 89,56% anak berusia 12 hingga 59 bulan menerima kapsul vitamin A, yang merupakan persentase tertinggi dalam lima tahun terakhir (67,09% (2016), 49,90% (2015), 80,28% (2014), dan 61,35% (2013)9.

Penurunan ketajaman penglihatan dapat disebabkan oleh konsumsi makanan yang kekurangan vitamin A. Sebagai komponen kimia dari sel kerucut dan batang yang peka terhadap cahaya, vitamin A merupakan prekursor esensial bagi mata. Meskipun vitamin A tidak dapat diproduksi oleh tubuh manusia, vitamin ini dapat diperoleh secara alami dari makanan seperti pepaya, bayam, kale, dan wortel. Vitamin A juga dapat ditemukan secara langsung dalam makanan seperti keju, hati, susu, dan lainnya Hall, J. E., & Hall (2020) dalam 10.

Berdasarkan penelitian Azis et al (2017) 11 mencatat bahwa konsumsi vitamin A anak masih tergolong dalam konsumsi yang kurang dengan persentase (< 70 % AKG) . Selain itu, Kemudian pada hasil penelitian yang di lakukan oleh Kusdalina et al (2021) 12 masih tergolong sangat rendah dengan presentase (< 70 % AKG). Namun, pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Wadhani et al (2021) 4 menunjukkan konsumsi vitamin A termasuk dalam kategori sedang dengan presentase (67,7 %).

Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok usia yang memerlukan perhatian ekstra terkait kesehatan dan pola makan seimbang. Anak-anak di sekolah seringkali sangat sibuk dan masih berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Kualitas masa depan suatu negara akan ditentukan oleh kesehatan anak-anak usia sekolah saat ini. Salah satu masalah gizi buruk pada anak-anak adalah mereka terlalu sibuk bermain sehingga lupa untuk makan. Selain itu, makanan anak-anak seringkali tidak mencukupi nutrisi yang diperlukan. Malnutrisi terjadi akibat ketidakseimbangan nutrisi pada anak-anak yang disebabkan oleh pengabaian faktor-faktor tersebut 4.

Petunjuk disampaikan melalui video singkat dan menarik untuk meningkatkan pemahaman siswa. Peserta dapat dengan cepat dan langsung mengakses informasi yang dikirimkan dengan menggunakan metode ini13. Selain mendorong konsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi seseorang, pendidikan gizi dapat meningkatkan kesadaran dan mencegah malnutrisi14. Penggunaan berbagai teknik dan media merupakan salah satu pendekatan untuk menyederhanakan dan memperjelas proses pembelajaran. Guru dapat menggunakan metode pembelajaran yang didukung media untuk membantu siswa belajar 15. Belajar melalui media dapat memicu rasa ingin tahu dan menginspirasi motivasi untuk belajar, menurut penelitian Hamanik. Video animasi adalah medianya. Hal ini sejalan dengan penelitian Najahah (2018), yang berpendapat bahwa anak-anak mungkin menunjukkan respons positif ketika media video digunakan di kelas.

WHO menyatakan bahwa kemauan untuk berubah, perubahan yang direncanakan, dan perubahan alami merupakan tiga komponen perubahan perilaku. Perubahan yang direncanakan adalah perubahan yang terjadi karena subjek telah merencanakannya, sedangkan perubahan alami dapat dipicu oleh kejadian alamiah. Inovasi dalam masyarakatlah yang menyebabkan orang bersedia untuk berubah. Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui pendidikan, yang dapat memicu proses internal pada orang dan mendorong kemampuan beradaptasi16.

Bahan ajar yang sesuai dengan kebutuhan siswa saat ini, seperti bahan ajar berbasis sains dan teknologi, dapat digunakan untuk menyampaikan pengetahuan. Salah satu media yang dapat digunakan adalah film animasi, yang dapat memicu rasa ingin tahu dan antusiasme siswa terhadap materi pelajaran. Multimedia interaktif mencakup video

animasi¹⁷. Ide bahwa pengetahuan diperoleh atau dicatat melalui lima indra merupakan landasan bagi film instruksional animasi. Semakin besar dan tajam informasi atau pengetahuan yang diperoleh, semakin banyak indra yang digunakan Fikawati (2017) dalam¹⁸.

Berdasarkan hasil survey awal, 10 siswa dipilih secara acak untuk penelitian dari total 49 siswa kelas IV dan V di Sekolah Dasar Swasta Hikmatul Fadhillah. Hasil survei menunjukkan bahwa konsumsi vitamin A hanya 20% siswa berada dalam rentang normal, sedangkan hampir 80% anak mengalami defisiensi vitamin A. Selain itu, hasil wawancara dengan para siswa mengungkapkan bahwa mereka masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai pentingnya vitamin A bagi kesehatan, khususnya dalam menjaga kesehatan mata. Oleh karena itu, agar siswa dapat mengadopsi pola makan yang lebih baik dan seimbang secara gizi dalam kehidupan sehari-hari mereka, diperlukan inisiatif pendidikan dan peningkatan pengetahuan gizi, terutama terkait dengan konsumsi vitamin A.

Islam adalah agama yang mengajarkan keseimbangan dalam kehidupan, termasuk dalam aspek kesehatan dan konsumsi makanan. Allah SWT telah menciptakan berbagai sumber makanan yang halal dan baik bagi manusia agar mereka dapat menjaga kesehatan dan memperoleh manfaat yang maksimal dari rezeki yang diberikan-Nya. Pada kenyataannya, meskipun demikian, banyak umat Muslim masih mengabaikan pentingnya mengonsumsi pola makan yang seimbang.

Kurangnya pemahaman tentang pentingnya mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi, seperti vitamin A, merupakan salah satu masalah yang sering muncul di masyarakat. Sebenarnya, Islam telah memberikan petunjuk agar umatnya mengonsumsi makanan sehat dan bergizi selain makanan yang halal. Dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman:

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ١١٤

"Maka makanlah yang halal lagi baik dari rezeki yang telah diberikan Allah kepadamu; dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya menyembah kepada-Nya." (QS. An-Nahl 16: Ayat 114).

Menurut tafsir Kemenag RI dalam KH. Ibrahim Husein ayat 114 surah An-Nahl dalam ayat ini, Allah menyuruh kaum muslimin untuk memakan yang halal lagi baik dari rezeki yang diberikan Allah SWT kepada mereka, baik makanan itu berasal dari Binatang maupun tanaman. Makanan yang halal ialah Makanan yang diizinkan untuk dikonsumsi berdasarkan agama. Makanan yang baik meliputi makanan dan minuman yang lezat, bergizi, dan sehat yang diizinkan untuk dikonsumsi karena alasan kesehatan. Allah telah memerintahkan kita untuk mengonsumsi dan meminum makanan halal dan bergizi ini. Ada beberapa makanan yang disetujui oleh ilmu kesehatan yang, secara teori, aman untuk dikonsumsi¹⁹.

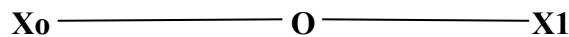
Ayat ini menekankan bahwa manusia diwajibkan untuk mengonsumsi makanan yang baik (tayyib) dan halal. Hal ini mencakup makanan yang sehat dan bermanfaat bagi tubuh, seperti makanan yang mengandung vitamin A, yang sangat penting untuk mendukung sistem kekebalan tubuh, kesehatan mata, dan perkembangan bayi.

Kekurangan vitamin A dapat memiliki dampak negatif bagi kesehatan, termasuk penurunan sistem kekebalan tubuh, gangguan penglihatan, dan peningkatan risiko infeksi menular. Oleh karena itu, penelitian tentang konsumsi vitamin A pada anak usia sekolah dilakukan. Ada kemungkinan anak usia sekolah mengalami kekurangan vitamin A karena program distribusi kapsul vitamin A yang lebih fokus pada balita belum mencapai cakupan optimal. Anak-anak di sekolah sedang menjalani tahap perkembangan dan pembentukan kebiasaan yang akan berdampak pada kesehatan mereka di masa depan. Namun, salah satu hal yang menghambat pembentukan kebiasaan konsumsi yang sehat adalah kurangnya pengetahuan tentang makanan yang kaya akan vitamin A. Dengan meneliti cara anak-anak

usia sekolah mengonsumsi vitamin A, penelitian ini dapat memberikan landasan ilmiah untuk mengarahkan inisiatif kesehatan dan strategi intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak usia sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan desain *Pre-eksperimental* satu kelompok (*one group pretest-posttest design*) untuk menganalisis edukasi gizi melalui media video animasi terhadap konsumsi siswa SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadhillah terkait vitamin A.



Keterangan :

X_o : Tes yang dilakukan sebelum di berikan perlakuan (Pretest)

X₁ : Tes yang dilakukan sesudah di berikan perlakuan (Posttest)

O : Intervensi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Terhadap Konsumsi Vitamin A pada Siswa SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah Di Kelurahan Silulu dihasilkan data distribusi responden berdasarkan karakteristik berikut.

a. Jenis Kelamin

Temuan penelitian ini didasarkan pada sampel 49 responden, baik laki-laki maupun perempuan, dari Sekolah Dasar Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah di Desa Silulu. Tabel di bawah ini menunjukkan distribusi frekuensi responden menurut karakteristik jenis kelamin di Sekolah Dasar Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah.

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	23	46,9%
Perempuan	26	53,1%
Total	49	100%

Sumber : Data primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa jumlah Anak Sekolah SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 23 orang (46,9%) dan yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 26 orang (53.1%) dari jumlah sampel.

b. Umur

Hasil penelitian pada 49 responden SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah Di Kelurahan Silulu, umur sampel yang diambil berada antara umur 10-11 tahun. Distribusi responden karakteristik umur dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase
10 tahun	37	75,5 %
11 tahun	12	24,5 %
Total	49	100%

Sumber : Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 4.2 di atas dapat dilihat bahwa frekuensi umur responden yang berusia 10 tahun sebanyak 37 orang (75,5%), sedangkan umur responden yang berusia 11 tahun 12 orang (24,5%) dari total seluruhnya.

c. Pendidikan Orang Tua

Hasil penelitian pada 49 responden SD Swasta Tahfidz Quran HikmatulFadillah Di Kelurahan Silulu, Pendidikan Orang tua terdiri dari SD,SMP dan SMA. Distribusi pendidikan orang tua dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Orang Tua

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
SD	1	2,0 %
SMP	37	75,5 %
SMA	11	22,4 %
Total	49	100 %

Sumber : Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 3 dilihat bahwa frekuensi Pendidikan orang tua responden dalam tingkat SD 1 orang (2,0%), Tingkat SMP 37 orang (75,5%) dan Tingkat SMA 11 orang (22,4%) dari total seluruhnya.

d. Pekerjaan Orang Tua

Hasil penelitian pada 49 responden SD Swasta Tahfidz Quran HikmatulFadillah Di Kelurahan Silulu, Pekerjaan orang tua responden meliputi Buruh Tani,Ibu Rumah Tangga, Mekanik, Petani,Supir Getah, Supir Tangki, dan Wiraswasta. Distribusi pekerjaan orang tua dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Buruh Tani	4	8,2 %
Ibu Rumah Tangga	1	2,0 %
Mekanik	1	2,0 %
Petani	2	4,1 %
Supir Getah	1	2,0 %
Supir Tangki	1	2,0 %
Wiraswasta	39	79,6 %
Total	49	100 %

Sumber: Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 4 dilihat bahwa frekuensi pekerjaan orang tua terdiri dari Buruh Tani 4 orang (8,2 %), Ibu Rumah Tangga 1 orang (2,0 %), Mekanik 1 orang (2,0%), Petani 2 orang (4,1 %), Supir Getah 1 orang (2,0%), Supir Tangki 1 orang (2,0 %), dan Wiraswasta 39 orang (76,6%) dari total keseluruhan.

2. Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil analisis data 49 responden yang mengikuti edukasi gizi,mayoritas menunjukkan keberhasilan dalam memahami dan menerapkan edukasi yang telah diberikan. Distribusi Edukasi gizi dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 5 Frekuensi Edukasi Gizi

Edukasi Gizi	Frekuensi	Presentase
Berhasil	12	24.5%
Tidak Berhasil	37	75.5%
Total	49	100 %

Sumber: Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 5 dilihat bahwa frekuensi dari total responden, sebanyak 12 orang (24.5%) berhasil mengikuti edukasi ini dengan baik. Namun, terdapat 37 orang (75.5 %) yang tidak berhasil dalam mengikuti edukasi gizi ini.

3. Konsumsi Vitamin A Sebelum dan Sesudah

Berdasarkan hasil analisis data 49 responden mengenai konsumsi vitamin A,diperoleh gambaran status konsumsi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Distribusi konsumsi vitamin A sebelum dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 6 Frekuensi Konsumsi Vitamin A Sebelum

Konsumsi Vitamin A	Frekuensi	Presentase
Defisit	49	100%
Total	49	100 %

Sumber: Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 6 dilihat bawah frekuensi konsumsi vitamin A sebelum edukasi mayoritas responden berada pada kategori defisit vitamin A. Dari total 49 responden, tidak ada yang berada dalam kategori normal, Sedangkan seluruhnya (100%) tergolong dalam kategori defisit. Tidak terdapat satupun responden yang mengalami kelebihan asupan vitamin A pada tahap ini.

Tabel 7 Frekuensi Konsumsi Vitamin A Sesudah

Konsumsi Vitamin A	Frekuensi	Presentase
Normal	12	24,5%
Defisit	37	75,5%
Total	49	100 %

Sumber : Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 7 dilihat bawah frekuensi konsumsi vitamin A sesudah edukasi, terjadi peningkatan jumlah responden yang memiliki konsumsi vitamin A dalam kategori normal menjadi 12 orang (24,5%). yang mengalami defisit vitamin A menurun menjadi 37 orang (75,5%).Perubahan ini mencerminkan adanya pergeseran positif dari sisi pemenuhan gizi mikro setelah edukasi dilakukan, dimana sebagian besar responden mulai memperhatikan asupan makanan sumber vitamin A.

Uji Normalitas

Uji Normalitas merupakan salah satu jenis uji asumsi tradisional yang berusaha memahami distribusi data dalam suatu populasi atau kelompok. Distribusi data dapat dibagi menjadi dua kategori: data yang terdistribusi secara teratur dan data yang terdistribusi secara tidak normal. Pendekatan Saphiro Wilk digunakan untuk melakukan uji normalitas distribusi data penelitian. Karena jumlah sampel yang hanya 49, maka dipilihlah metode uji normalitas Shapiro-Wilk. Kriteria penilaian yaitu apabila $p > 0,05$ menunjukkan bahwa sebaran data dinyatakan berdistribusi normal, sedangkan apabila $p < 0,05$ sebaran data dinyatakan tidak berdistribusi normal 39.

Tabel 8 Uji Normalitas

Variabel		Shapiro Wilk	
Konsumsi Vitamin A	N	Sig.	Keterangan
Sebelum	49	0,068	Normal
Sesudah	49	0,051	Normal

Sumber : Data Primer (April, 2025)

Berdasarkan tabel 8 dilihat bahwa hasil uji menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) untuk konsumsi vitamin A sebelum perlakuan adalah 0,068, sedangkan nilai signifikansi untuk konsumsi vitamin A sesudah perlakuan adalah 0,051. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari batas signifikansi $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data sebelum maupun sesudah perlakuan berdistribusi normal.

Analisis Bivariat

Uji t-test berpasangan digunakan dalam analisis bivariat penelitian ini setelah uji normalitas data dilakukan untuk memastikan apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Oleh karena itu, uji-t berpasangan harus digunakan jika data terdistribusi secara teratur. Berikut ini adalah hasil dari analisis bivariat penelitian ini.

1. Uji Paired T-test

Uji-t berpasangan (paired t-test) adalah salah satu metode pengujian hipotesis dimana

data yang digunakan tidak bebas (berpasangan).

Tabel 9 Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Terhadap Konsumsi Vitamin A

Uji Paired T-Test	N	Mean	Std Deviation	T	P
Konsumsi Vitamin A Sebelum & Sesudah	49	-440.3408	1101.1573	-2.799	0,007

Sumber : Data Primer (April,2025)

Berdasarkan tabel 9 dilihat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi vitamin A sebelum dan sesudah edukasi. Nilai rata-rata selisih konsumsi adalah sebesar - 440.3408, yang menunjukkan adanya peningkatan konsumsi setelah edukasi (karena nilai negatif menunjukkan bahwa nilai sesudah lebih tinggi dari sebelum). Standar deviasi sebesar 1101.1573 mengindikasikan bahwa terdapat variasi atau penyebaran data antar responden dalam perubahan konsumsi vitamin A. Nilai t hitung sebesar -2.799 dengan nilai signifikansi (p) = 0,007 menunjukkan bahwa perbedaan tersebut sangat signifikan secara statistik (karena $p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi yang diberikan berpengaruh nyata terhadap peningkatan konsumsi vitamin A pada responden.

Pembahasan

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada sekolah SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah, yang berlokasi di Huta III Sigogar, Desa Silulu, Kecamatan Gunung Malela, Kabupaten Simalungun, Sumatera Utara, adalah sekolah swasta yang berkomitmen untuk mencetak generasi penerus bangsa yang unggul, berakhlak mulia, dan memiliki kecerdasan intelektual serta spiritual. Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup jenis kelamin, usia, pendidikan orang tua dan pekerjaan orang tua. Berdasarkan hasil analisis frekuensi, diketahui bahwa responden dalam penelitian ini terdiri dari dua kelompok usia, yaitu usia 10 tahun dan 11 tahun. Dari total 49 responden, sebanyak 37 siswa (75,5%) berusia 10 tahun, sedangkan 12 siswa (24,5%) berusia 11 tahun. Dominasi usia 10 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada fase pertengahan masa sekolah dasar, yaitu kelas IV atau V. Pada fase ini, anak-anak berada dalam masa perkembangan kognitif operasional konkret menurut teori Piaget, sehingga pendekatan edukasi dengan media visual seperti video animasi dianggap sangat efektif untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya konsumsi vitamin A.

Selanjutnya, dari aspek jenis kelamin, diperoleh data bahwa dari 49 siswa, 23 orang (46,9%) adalah laki-laki dan 26 orang (53,1%) adalah perempuan. Proporsi siswa laki-laki dan perempuan relatif seimbang, dengan sedikit lebih banyak perempuan. Keseimbangan ini menjadi penting karena dapat mengurangi kemungkinan bias hasil yang disebabkan oleh ketimpangan jumlah antara jenis kelamin. Selain itu, adanya perbedaan minat atau cara belajar antara laki-laki dan perempuan juga dapat memengaruhi efektivitas media pembelajaran yang digunakan.

Kemudian pekerjaan orang tua menjadi indikator penting dalam menentukan status sosial ekonomi keluarga yang bisa memengaruhi asupan gizi anak di rumah. Sebagian besar orang tua siswa berprofesi sebagai wiraswasta (79,6%), yang menunjukkan adanya tingkat kemandirian ekonomi dalam keluarga. Namun, terdapat juga pekerjaan dengan tingkat penghasilan menengah ke bawah seperti buruh tani dan petani. Hal ini menunjukkan bahwa variasi pekerjaan dapat berdampak pada pola konsumsi makanan di rumah, termasuk kecukupan asupan vitamin A yang diperoleh anak.

Dalam aspek tingkat pendidikan orang tua turut memengaruhi pemahaman mereka terhadap pentingnya gizi anak. Sebanyak 75,5% orang tua siswa berpendidikan SMA

sederajat, sedangkan hanya 2,0% yang lulusan SD. Tingginya proporsi orang tua yang mengenyam pendidikan menengah atas dapat memberikan peluang yang baik terhadap dukungan terhadap edukasi gizi, walaupun belum tentu seluruhnya memiliki pengetahuan spesifik terkait vitamin A.

2. Edukasi Gizi

Edukasi gizi merupakan kegiatan yang terus berlangsung untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi, membentuk sikap dan tindakan dalam menjaga kesehatan, terutama dalam hal mengatur pola makan sehari-hari serta memperhatikan faktor-faktor yang memengaruhi pola tersebut. 41.

Berdasarkan hasil analisis terhadap data sebanyak 49 responden yang mengikuti kegiatan edukasi gizi, diperoleh informasi bahwa sebagian kecil responden menunjukkan keberhasilan dalam memahami serta menerapkan materi edukasi gizi yang telah diberikan. Dari jumlah total responden, sebanyak 12 orang atau setara dengan 24.5% dikategorikan berhasil, sedangkan hanya 37 orang atau 75.5,% yang tidak berhasil.

Menurut penelitian Jatmika et al. (2019), Video memiliki manfaat untuk dapat menyampaikan pesan secara visual melalui ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan suasana hati tertentu. Minat dan dorongan siswa untuk belajar dapat sangat meningkat dengan memasukkan video ke dalam proses belajar mengajar. Siswa sering kali terlibat dalam kegiatan belajar dengan lebih aktif dan memahami subjek dengan lebih baik ketika diberikan tampilan visual yang menarik⁴².

Keberhasilan yang terjadi dalam penelitian ini tidak merata, melainkan hanya dialami oleh sebagian kecil responden. Hal ini dipengaruhi oleh efektivitas penyampaian materi selama kegiatan edukasi, yang memang telah disusun sesuai dengan kebutuhan anak sekolah dasar dan dikemas secara menarik serta mudah dipahami. Namun, keberhasilan tersebut belum mampu mendorong perubahan perilaku konsumsi secara menyeluruh. Hanya sebagian anak yang menunjukkan peningkatan asupan vitamin A yang mendekati kecukupan. Motivasi pribadi dan ketertarikan terhadap materi menjadi faktor pendukung bagi sebagian siswa yang berhasil, sementara kurangnya partisipasi aktif dan kebiasaan makan yang sudah terbentuk sebelumnya mungkin menjadi penghambat pada sebagian besar lainnya. Dengan demikian, efektivitas edukasi masih terbatas dan belum memberikan dampak yang optimal bagi seluruh responden.

3. Konsumsi Vitamin A

Vitamin A sangat penting untuk beberapa proses tubuh, termasuk kekebalan tubuh, perkembangan, penglihatan, dan pertumbuhan embrio. Variabel predisposisi, serta faktor pendukung dan penguat, adalah beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi vitamin A. Pengetahuan, tingkat pendidikan, dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, serta adat istiadat dan kepercayaan seputar isu-isu kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, status sosial ekonomi, dan karakteristik lainnya merupakan faktor predisposisi. Sarana, prasarana, dan fasilitas kesehatan masyarakat merupakan contoh faktor pemungkin. Sikap dan tindakan tokoh masyarakat (Toma) dan tokoh agama (Toga), serta sikap dan tindakan petugas, termasuk tenaga medis, merupakan contoh dari faktor pendorong (reinforcing) ⁴³.

Berdasarkan data sebelum dilakukan edukasi, mayoritas responden berada dalam kategori defisit konsumsi vitamin A. Dari total 49 responden yang terlibat dalam penelitian ini, seluruhnya 49 orang (100%) menunjukkan asupan vitamin A yang kurang dari kebutuhan harian. Fakta ini menunjukkan bahwa sebelum mendapatkan intervensi edukasi gizi, sebagian besar responden tidak memenuhi kebutuhan asupan vitamin A yang cukup, yang dapat berimplikasi negatif terhadap status kesehatan secara umum, terutama kesehatan mata dan daya tahan tubuh.

Keadaan ini dapat menjadi indikasi masih rendahnya perilaku konsumsi pangan kaya

vitamin A di kalangan anak sekolah. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya kebiasaan mengonsumsi makanan sumber vitamin A seperti sayuran berwarna hijau dan oranye, hati ayam, telur, serta buah-buahan tertentu. Faktor lain yang mungkin turut memengaruhi adalah keterbatasan ekonomi, budaya, maupun kurangnya dukungan lingkungan untuk membentuk perilaku makan yang sehat. Mengingat vitamin A berperan penting dalam menjaga kesehatan mata, meningkatkan daya tahan tubuh, dan mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak, penyakit ini tidak diragukan lagi merupakan masalah.

Data kemudian menunjukkan adanya perbaikan dalam kebiasaan asupan vitamin A setelah bersekolah. Hanya 37 responden (75,5%) yang termasuk dalam kelompok defisit, sebuah penurunan yang cukup besar. Sebagai perbandingan, terdapat 12 (24,5%) responden yang masuk dalam kategori biasa.

Perubahan ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan belum sepenuhnya berhasil dalam mencapai kecukupan asupan vitamin A pada anak sekolah. Meskipun terjadi peningkatan setelah intervensi, asupan vitamin A masih berada dalam kondisi defisit, dari sebelumnya 37 orang menjadi 12 orang. Meskipun demikian, intervensi ini belum sepenuhnya berhasil karena masih terdapat siswa yang belum mencapai batas kecukupan asupan vitamin A. Edukasi gizi memang telah meningkatkan pemahaman anak sekolah mengenai pentingnya vitamin A dan sumber makanannya, namun peningkatan tersebut belum cukup signifikan untuk mengatasi kekurangan asupan secara optimal.

Analisis Bivariat

1. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Terhadap Konsumsi Vitamin A pada Anak Sekolah

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 49 orang. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata konsumsi Vitamin A sebesar -440.3408. Tanda negatif pada nilai rata-rata perbedaan tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan konsumsi Vitamin A setelah diberikan edukasi, karena pada analisis paired t-test, perhitungan dilakukan dengan mengurangi nilai sebelum dari sesudah (sebelum – sesudah). Artinya, karena hasilnya negatif, maka konsumsi setelah edukasi lebih tinggi dibandingkan sebelumnya. Ini menunjukkan bahwa anak sekolah cenderung lebih meningkatkan konsumsi Vitamin A setelah mendapatkan materi edukasi gizi melalui video animasi.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji-t berpasangan, edukasi gizi secara signifikan meningkatkan konsumsi vitamin A anak sekolah. Setelah intervensi, rata-rata konsumsi meningkat dari 207,635 menjadi 647,978. Hal ini menunjukkan hal tersebut. Namun, karena konsumsi vitamin A setelah edukasi masih di bawah tingkat kecukupan gizi harian yang diperlukan, maka intervensi ini tidak dapat dikatakan sepenuhnya berhasil dalam praktiknya, terlepas dari pengaruhnya secara statistik. Dengan kata lain, intervensi berhasil meningkatkan asupan, tetapi peningkatan tersebut belum cukup untuk mencapai status gizi yang optimal, dan kondisi asupan masih tergolong defisit.

Pengukuran asupan vitamin A pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua instrumen yaitu food recall 24 jam dan Food Frequency Questionnaire (FFQ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengukuran konsumsi vitamin A dengan menggunakan metode food recall 24 jam tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan setelah intervensi edukasi gizi. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan metode food recall yang hanya merekam konsumsi pada periode waktu yang sangat singkat, sehingga belum tentu dapat menggambarkan kebiasaan makan yang sebenarnya. Selain itu, faktor daya ingat responden, variasi makanan harian, serta keterbatasan jenis makanan yang dikonsumsi dalam satu atau dua hari juga dapat memengaruhi akurasi hasil.

Sebaliknya, hasil pengukuran dengan kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ)

menunjukkan adanya perubahan pola makan yang lebih baik, khususnya pada konsumsi pangan sumber vitamin A. Metode FFQ yang menilai frekuensi konsumsi dalam periode lebih panjang dianggap lebih stabil dalam menggambarkan kebiasaan makan, sehingga lebih mampu menunjukkan adanya perubahan perilaku setelah diberikan edukasi melalui media video animasi. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi gizi melalui video animasi lebih berdampak pada perubahan pola konsumsi jangka menengah dan jangka panjang dibandingkan dengan perubahan konsumsi sesaat.

Pada siswa sekolah dasar, pola makan mereka cenderung lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti lingkungan masyarakat dan teman sebaya di sekolah. Lingkungan masyarakat yang memiliki kebiasaan kurang sehat dalam mengonsumsi makanan atau jajanan cenderung ditiru oleh anak-anak. Ketika teman di lingkungan rumah atau sekolah sering mengonsumsi jenis makanan atau jajanan tertentu, siswa cenderung mengikuti pilihan tersebut. Hal ini menjadi kekhawatiran apabila makanan yang dikonsumsi memiliki kualitas gizi yang rendah. Dalam teori perilaku kesehatan, Skinner mengelompokkan perilaku kesehatan ke dalam enam kategori, dan perilaku siswa yang meniru kebiasaan makan atau jajan dari teman-temannya termasuk dalam kategori perilaku yang dipengaruhi oleh lingkungan (*environmental behavior*)⁴⁴.

Berdasarkan penelitian yang sejalan dengan Putri Liani Mumtaz (2019), penyuluhan gizi menggunakan media power point dan flipchart berpengaruh signifikan terhadap peningkatan asupan zat gizi makro (karbohidrat, lemak, dan protein) pada siswa kelas V SDN 18 Bireuen. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,05$ untuk seluruh zat gizi, baik pada media power point maupun flipchart, yang berarti kedua metode efektif dalam meningkatkan asupan karbohidrat, lemak, dan protein⁴⁵.

Kemudian berdasarkan penelitian serupa juga dilakukan oleh Fakhria Syafidawati (2023), edukasi gizi melalui media video animasi tentang kebutuhan vitamin A pada siswa SDN Margahayu 01 Kota Bekasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap siswa. Rata-rata pengetahuan meningkat sebesar 22,22 poin dengan nilai p -value 0,00005, sedangkan rata-rata sikap meningkat sebesar 5,14 dengan nilai p -value 0,025. Hal ini menunjukkan bahwa video animasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap kebutuhan vitamin A²⁴.

Ketersediaan film instruksional telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, dan praktik hidup sehat yang berhubungan dengan informasi kesehatan umum dan pemahaman tentang penyakit, menurut penelitian Aisah et al., (2021). Evaluasi terhadap sepuluh publikasi menunjukkan bahwa video animasi sangat berhasil dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan. Keberhasilan ini dapat dikaitkan dengan manfaat video animasi, yang menarik, mudah dipahami, dan mampu mengkomunikasikan informasi secara efektif dan informatif⁴⁶.

Menurut Mrl et al. (2019) Media video dapat digunakan untuk menyampaikan informasi atau pesan yang berkaitan dengan kesehatan. Tujuan produksi video adalah untuk menceritakan kisah yang menarik. Sementara presentasi video dimaksudkan untuk mengkomunikasikan ide, film dokumenter digunakan untuk mendokumentasikan kejadian atau peristiwa kehidupan. Menggunakan materi yang menarik secara visual, seperti video, menawarkan beberapa keuntungan dalam hal pendidikan. Siswa dapat berpartisipasi lebih aktif dan memahami materi pelajaran dengan lebih mudah ketika mereka menonton video. Informasi dapat disampaikan secara visual, audio, dan naratif melalui video, yang membantu memperkuat pemahaman siswa dan meningkatkan kemampuan mereka dalam menyerap informasi. Video pembelajaran dapat menjadi teknik yang berguna untuk memberikan konten pendidikan atau pesan kesehatan kepada siswa jika menggunakan teknologi yang tepat³⁰.

Oleh karena itu, media edukasi berbasis video animasi tetap menjadi alternatif yang relevan dalam upaya meningkatkan perilaku konsumsi vitamin A, meskipun dalam penelitian ini belum menunjukkan keberhasilan secara penuh. Hal ini disebabkan karena fokus penelitian tidak menilai peningkatan pengetahuan, melainkan langsung menilai tindakan atau perubahan perilaku konsumsi siswa. Meskipun terjadi peningkatan jumlah asupan setelah intervensi, sebagian besar responden masih belum mencapai angka kecukupan gizi harian, sehingga kondisi asupan tetap tergolong defisit. Karakteristik responden, seperti usia sekolah dan latar belakang keluarga yang relatif baik dari sisi pendidikan dan ekonomi, seharusnya menjadi potensi yang mendukung. Namun demikian, perubahan perilaku makan tidak selalu sejalan langsung dengan peningkatan pengetahuan, sehingga intervensi tunggal melalui edukasi perlu didukung dengan strategi lain untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat keterbatasan antara lain:

1. Dalam penelitian ini, pengumpulan data konsumsi vitamin A setelah edukasi dilakukan dengan menggunakan metode FFQ (Food Frequency Questionnaire) yang menuntut adanya jeda waktu minimal satu bulan untuk melihat perubahan pola makan secara bermakna. Namun, jeda waktu yang terlalu lama dapat meningkatkan risiko hilangnya kontrol terhadap faktor eksternal, seperti pengaruh lingkungan keluarga, atau pemberian makanan dari luar sekolah, yang bisa memengaruhi akurasi hasil.
2. Data konsumsi vitamin A dikumpulkan melalui metode food recall 24 jam dan FFQ, yang keduanya sangat bergantung pada daya ingat dan kejujuran responden. Mengingat subjek penelitian adalah siswa sekolah dasar, kemampuan mereka dalam mengingat dan melaporkan jenis serta jumlah makanan yang dikonsumsi masih terbatas. Hal ini dapat menyebabkan adanya bias informasi, baik underreporting maupun overreporting terhadap konsumsi vitamin A.
3. Edukasi gizi melalui media video animasi hanya dilakukan dalam satu atau beberapa sesi pendek, tanpa penguatan materi. Hal ini membuat sulit untuk memastikan bahwa pesan gizi benar-benar dipahami dan diinternalisasi oleh seluruh siswa, serta memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap kebiasaan konsumsi mereka.

Kajian Integrasi Keislaman

1. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Terhadap Konsumsi Vitamin A Dalam Islam

Dalam Islam, menjaga kesehatan tubuh merupakan bagian dari amanah yang harus dijaga oleh setiap Muslim. Seseorang yang sehat akan lebih mampu melakukan aktivitas sehari-hari dan beribadah. Mengonsumsi makanan yang halal dan thayyib (sehat), seperti makanan yang mengandung vitamin A dan nutrisi seimbang lainnya, merupakan salah satu cara untuk menjaga kesehatan.

Permasalahan yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, konsumsi vitamin A pada siswa SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadhillah masih tergolong rendah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa terhadap pentingnya vitamin A bagi kesehatan tubuh, khususnya dalam menjaga fungsi penglihatan dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Kurangnya pengetahuan ini juga mencerminkan lemahnya kesadaran akan pentingnya pola makan bergizi dalam kehidupan sehari-hari.

Konsumsi vitamin A siswa meningkat setelah intervensi, yang berupa instruksi gizi melalui konten video animasi. Hal ini menunjukkan bahwa instruksi yang diberikan dapat mendorong peningkatan pemahaman dan perilaku siswa. Hal ini sangat sesuai dengan keyakinan Islam yang menyatakan bahwa setiap orang memiliki kewajiban untuk menjaga

kesehatan fisiknya sebagai tanda keimanannya kepada Allah SWT.

Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman dalam QS Ar-Rad Ayat 11:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِمَّنْ أَمَرَ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ۝ ۱۱

“Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang menyertainya secara bergiliran dari depan dan belakangnya yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”, (QS Ar-Rad Ayat 11).

Menurut tafsir Kemenag RI dalam KH. Ibrahim Husein pada ayat 11 Allah SWT menugaskan kepada beberapa malaikat untuk selalu mengikuti manusia secara bergiliran, di muka dan di belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Ada malaikat yang menjaganya di malam hari, dan ada yang di siang hari, menjaga dari pelbagai bahaya dan kernudaratan, dan ada pula malaikat yang mencatat semua amal perbuatan manusia, yang baik atau yang buruk. Dua malaikat di sebelah kanan dan di sebelah kiri yang mencatat amal perbuatan manusia. Yang sebelah kanan mencatat segala kebbaikannya, dan yang sebelah kiri mencatat amal keburukannya, dan dua malaikat lain lagi, yang satu di depan dan yang satu lagi di belakangnya. Maka setiap orang ada malaikatnya empat pada siang hari dan empat pada malam hari yang datangnyanya secara bergiliran.

Ayat ini mengandung makna bahwa perubahan dalam kehidupan manusia, termasuk dalam hal kesehatan dan perilaku hidup sehat, tidak akan terjadi tanpa adanya usaha dan kesadaran dari diri sendiri. Dalam konteks penelitian ini, edukasi gizi menjadi sarana untuk membangun kesadaran tersebut. Dengan memberikan informasi yang mudah dipahami melalui media yang menarik seperti video animasi, siswa menjadi lebih termotivasi untuk mengubah kebiasaan makan mereka dan mulai memperhatikan asupan vitamin A yang dibutuhkan tubuh.

Selanjutnya Ayat ini sangat relevan dalam menjelaskan pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan perilaku konsumsi vitamin A pada siswa. Dalam konteks ini, Allah menegaskan bahwa perubahan hanya akan terjadi jika dimulai dari kesadaran individu itu sendiri. Kekurangan vitamin A masih menjadi masalah gizi yang serius, terutama pada anak-anak usia sekolah dasar, yang bisa menyebabkan rabun senja, penurunan kekebalan tubuh, hingga risiko kematian akibat infeksi.

Edukasi gizi yang diberikan melalui media video animasi bertujuan membangun kesadaran dan memotivasi siswa untuk mengubah perilaku konsumsi mereka, terutama dalam memilih makanan sumber vitamin A seperti hati ayam, telur, wortel, bayam, dan pepaya. Metode ini sejalan dengan makna ayat di atas, di mana perubahan perilaku konsumsi siswa tidak akan terjadi tanpa mereka memahami manfaat vitamin A, mengenali sumbernya, dan terdorong untuk mulai mengonsumsi makanan tersebut secara sukarela.

Video animasi sebagai media edukatif yang visual dan menarik dapat meningkatkan pengetahuan, minat, dan motivasi siswa, sehingga mereka mampu mengubah pilihan makanannya secara bertahap. Inilah bentuk nyata bagaimana pengaruh edukasi mampu menjadi sarana menggerakkan perubahan dari dalam diri, sebagaimana dijelaskan dalam QS Ar-Ra'd ayat 11.

Hal ini juga mencerminkan nilai-nilai Islam dalam dakwah dan pendidikan, yaitu menyampaikan ilmu dengan cara yang baik dan bijaksana, agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan mudah. Usaha untuk meningkatkan perilaku konsumsi gizi yang lebih baik juga merupakan bentuk nyata dari menjalankan perintah Allah untuk menjaga kesehatan, yang pada akhirnya akan mendukung pelaksanaan ibadah dan aktivitas hidup

lainnya.

Dengan demikian, perubahan perilaku konsumsi siswa yang lebih baik setelah edukasi bukan hanya merupakan hasil dari pendekatan ilmiah semata, tetapi juga mencerminkan nilai-nilai keislaman yang menekankan pentingnya usaha, kesadaran diri, dan tanggung jawab dalam menjaga nikmat kesehatan yang telah Allah berikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan di SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah Di Kelurahan Silulu, diperoleh kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Ada perbedaan konsumsi vitamin A siswa/siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi di SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah. Dimana terjadi peningkatan asupan konsumsi vitamin A anak sekolah setelah dilakukan edukasi gizi. Hasil uji statistik yang menggunakan uji paired t-test menunjukkan nilai p value sebesar 0,007 yang berarti $p < 0,05$ sehingga memperoleh hasil yang signifikan dan hipotesis dalam penelitian ini diterima.
2. Konsumsi vitamin A sebelum dan sesudah melakukan edukasi gizi dengan nilai rata rata selisish konsumsi vitamin A (Mean) sebesar -440.3408, yang menunjukkan adanya peningkatan konsumsi setelah edukasi (karena nilai negatif menunjukkan bahwa nilai sesudah lebih tinggi dari sebelum).
3. Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media video animasi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan asupan vitamin A pada siswa, namun belum sepenuhnya berhasil. Terbukti dari jumlah responden dengan asupan defisit yang menurun dari 49 menjadi 37 orang, meskipun sebagian besar masih belum mencapai angka kecukupan gizi.
4. Fokus penelitian yang langsung pada tindakan, bukan pengetahuan, menggambarkan bahwa perubahan perilaku konsumsi memerlukan pendekatan lebih lanjut agar hasil intervensi dapat optimal.
5. Dalam pandangan Islam, menjaga kesehatan merupakan bagian dari tanggung jawab manusia sebagai bentuk syukur atas nikmat tubuh yang telah Allah berikan. Upaya edukasi gizi ini menjadi salah satu bentuk implementasi nilai keislaman dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan umat.

Saran

1. Bagi pendidik di SD Swasta Tahfidz Quran Hikmatul Fadillah diharapkan untuk memberikan edukasi gizi tentang konsumsi vitamin A secara berkesinambungan melalui program gizi lainnya. Pendidik dapat memberikan motivasi yang tinggi bagi siswanya untuk membiasakan konsumsi vitamin A, dikarenakan ketika anak sudah masuk SD maka pemberian kapsul vitamin tidak diberikan lagi akan tetapi anak bisa memperoleh dengan mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin A.
2. Bagi siswa diharapkan Siswa diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya konsumsi vitamin A dalam kehidupan sehari-hari. Materi edukasi yang telah disampaikan melalui media video animasi hendaknya tidak hanya dipahami secara teoritis, tetapi juga diterapkan dalam pola makan sehari-hari. Siswa juga diharapkan lebih aktif dalam memilih makanan yang bergizi, terutama yang kaya akan vitamin A, seperti wortel, bayam, pepaya, dan hati ayam.
3. Bagi Orang tua diharapkan agar orang tua lebih aktif dalam membiasakan anak-anak untuk mengonsumsi makanan bergizi, khususnya yang mengandung vitamin A. Hal ini dapat dilakukan dengan menyediakan makanan seperti sayuran berwarna hijau dan oranye, hati ayam, telur, dan buah-buahan di rumah serta memberikan contoh perilaku makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

4. Bagi Guru diharapkan dapat memberikan penguatan melalui integrasi materi gizi dalam pembelajaran dan menjadi teladan dalam menerapkan pola makan sehat. Selain itu, guru juga dapat mendukung program-program sekolah yang bertujuan meningkatkan perilaku konsumsi gizi seimbang di kalangan siswa.
5. Bagi Tria UKS (Khususnya Kantin Sehat) Pihak UKS dan pengelola kantin sehat diharapkan dapat menyediakan pilihan makanan yang kaya vitamin A dan gizi seimbang serta membatasi penjualan makanan kurang bergizi. Selain itu, penting untuk mengadakan kegiatan edukatif secara berkala mengenai pentingnya konsumsi vitamin A dan makanan sehat lainnya, baik melalui poster, video, maupun program sekolah.
6. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan pendekatan yang lebih luas dan mendalam, baik dari segi jumlah responden maupun variasi latar belakangnya agar hasil yang diperoleh lebih representatif. Selain itu, peneliti dapat mencoba menggunakan media edukasi yang lebih variatif dan interaktif, seperti permainan edukatif atau aplikasi digital yang dapat menarik minat siswa secara lebih intensif. Penelitian lanjutan juga sebaiknya mempertimbangkan variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap konsumsi vitamin A, seperti pengetahuan dan peran orang tua, status gizi awal siswa, atau kondisi sosial ekonomi keluarga. Dengan begitu, penelitian yang dilakukan di masa mendatang dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh dan menjadi dasar yang kuat dalam upaya meningkatkan perilaku konsumsi gizi yang lebih sehat di kalangan anak-anak sekolah dasar.
7. Bagi Keislaman, Menjaga kesehatan adalah bagian dari akhlak Islami. Oleh karena itu, upaya peningkatan gizi masyarakat, khususnya anak-anak, merupakan bentuk pengamalan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Pribadi PS. the Corelation Between the Level of Knowledge of the Mother About the Provision of Vitamin a With Mother ' S Compliance With. *J Ilm Hosp.* 2023;12(1):239.
- Permata P, Div SP, Pendidik B, Kesehatan I, Hasanah N. Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Optimalisasi Pengetahuan Ibu Terkait Pemberian Vitamin A Pada Balita 6-59 bulan di Kelurahan Gunung Pangilun, Kecamatan Padang Utara Optimizing Mothers' Knowledge Regarding Giving Vitamin A to Toddlers 6-59. 2023;2(2):135-139. <https://ojs.poltesa.ac.id/index.php/Hippocampus/index>
- Carazo A, Mecakova K, Matousova K, lenka kujovska krcmova michele protti and premysl mladenka. Vitamin A Update: Forms, Sources, Kinetics, Detection, Function, Deficiency, Therapeutic Use and Toxicity Alejandro. *Nutrients.* 2022;14(23). doi:10.3390/nu14235026
- Wadhani LPP, Wijaya SM. Konsumsi Protein, Vitamin a Dan Status Gizi Serta Kaitannya Dengan Hasil Belajar Anak Sekolah Dasar. *J Nutr Coll.* 2021;10(3):181-188. doi:10.14710/jnc.v10i3.30829
- WHO. Quality and Regulatory Considerations for the Use of Vitamin A Supplements in Public Health Programmes for Infants and Children Aged 6-59 Months.; 2016.
- Syafidawati F. Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengenai Kebutuhan Vitamin A Media Karya Kesehatan : Volume 7 Issue 1 May 2024 Pendahuluan Anak usia sekolah sering melakukan aktivitas fisik dan mental . Asupan gizi yang seimbang dan di negara-negara sub-Sahar. 2024;7(1):147-155.
- Riskesdas L nasional. Laporan Nasional Rikerdas 2018.; 2018.
- Siregar NM. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Vitamin A Pada Balita Di Posyandu Langsung II Kelurahan Napa Kecamatan Angkola Selatan Tahun 2021. universitas aufa royhan; 2021.
- Dinas Kabupaten Simalungun profil kesehatan kabupaten. Profil Kesehatan Kabupaten Simalungun.; 2018.
- Rafika AS. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Vitamin A Terhadap Keluhan

- Gangguan Pengelihan Studi Kasus Pada Dosen UNISSULA Yang Menjalani Working from Home Selama Pandemi COVID-19. Universitas Islam Sultan Agung; 2022.
- Azis A, Pagarra H. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Dengan Hasil Belajar IPA Siswa Pesantren MTs Di Kabupaten Buru The Correlation of Nutritional Intake and Nutritional Status with Result of Learning Natural Science Students f MTs Islamic Boarding School in Buru Dis. Univ Negeri Makassar. Published online 2017:557-562.
- Kusdalinah K, Suryani D. Asupan zat gizi makro dan mikro pada anak sekolah dasar yang stunting di Kota Bengkulu. *AcTion Aceh Nutr J*. 2021;6(1):93. doi:10.30867/action.v6i1.385
- Hermasari BK, Hastami Y, Kartikasari MND. Penggunaan Video Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Covid-19. *SEMAR (Jurnal Ilmu Pengetahuan, Teknol dan Seni bagi Masyarakat)*. 2021;10(2):156. doi:10.20961/semar.v10i2.46021
- Rahmy HA, Meidiarti A, Prativa N. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Nutr J Gizi, Pangan dan Apl*. 2022;6(1):55-64. doi:10.21580/ns.2022.6.1.8010
- Rosadi A, Qomaruzzaman B, Zaqiah QY. Inovasi Pembelajaran Media Video Edukasi Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Pada Mata Pelajaran PAI. *J Educ FKIP UNMA*. 2023;9(4):1876-1883. doi:10.31949/educatio.v9i4.6222
- Ladiba A, Zulfaa A, Djasmin A, et al. Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupa sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutr J*. 2021;5(2):110. doi:10.21111/dnj.v5i2.6250
- Sihsinarmiyati A, Simbolon D, Lestari W. Pengaruh Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Tentang Obesitas. *J Penelit Terap Kesehat*. 2021;8(1):1-6. doi:10.33088/jptk.v8i1.162
- Agusanty SF, Ginting M. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Animasi Kartun Terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Fast Food Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 31 Kota Pontianak The Influence Of Nutrition Education Using Cartoon Animation Media On The Knowledge and Consumption Of Fast. 2024;1.
- Husein KI. *Al-Quran Dan Tafsir*.; 1990.
- Gropper sreen s., L.smith J, Groft james l. *Advanced Nutrion and Human Metabolism*.; 2013.
- Salam A. *Vitamin A Dan Kesehatan Sudut Pandang Pentingnya Bagi Ibu Dan Anak*.; 2024.
- Arismawati D fitra, Sada M, Brilianita A, et al. *Dasar Ilmu Gizi*. (Agustiawan, ed.); 2022.
- Azrimaidaliza A. *Vitamin a, Imunitas Dan Kaitannya Dengan Penyakit Infeksi*. *J Kesehat Masy Andalas*. 2007;1(2):90-96. doi:10.24893/jkma.v1i2.15
- Fakhria Syafidawati. *Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Kebutuhan Konsumsi Vitamin A Pada Siswa SDN Margahayu 01 Kota Bekasi. Sekolah tinggi ilmu kesehatan mitra keluarga*; 2023.
- Ekasari DP, Puspitasari GD. Peran Vitamin A Pada Kulit. *Rom J Med Pract*. 2018;13(4):251-254. doi:10.37897/rjmp.2018.4.3
- Prakoso T, Supadmi, Wardana agung setya, et al. *Ekologi Pangan Dan Gizi*. (Mulyasari DW, ed.); 2023.
- Noviyanti retno dewi, Kusurdayati dewi pertiwi. *Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Anak Sekolah*.; 2018.
- Sukraniti DP, Taufiqurrahman, S SI. *Konseling Gizi*.; 2018.
- Azhari MA, Fayasari A. Pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan sikap dan perilaku sarapan serta konsumsi sayur buah. *AcTion Aceh Nutr J*. 2020;5(1):55. doi:10.30867/action.v5i1.203
- MRL A, Jaya IMM, Mahendra D. *Buku Ajar Promosi Kesehatan*.; 2019.
- Yudianto A. *Penerapan Video Sebagai Media Pembelajaran*. *Semin Nas Pendidik* 2017. Published online 2017:234-237.
- Huda MN, Huda K. Harmonisasi Agama dan Kemajuan: Manfaat Integrasi Keilmuan Islam dalam Era Kontemporer. *J Islam Educ*. 2024;10(1):146-162. doi:10.18860/jie.v11i1.24012
- Ain AQ. *Tafsir: Pengertian, Sejarah, Maraji', Hukum, dan Pembagiannya*. *J Iman dan Spiritualitas*. 2023;3(1):71-76. doi:10.15575/jis.v3i1.18772
- Gadha ST, Irwansyah F, Anggriawan HR, Samudera J, Pramata AB. *Peran Mahasiswa Muslim*

- Dalam Mengembangkan Edukasi Agama. *El-Wasathy J Islam Stud.* 2024;2(1):173-181. doi:10.61693/elwasathy.vol21.2024.173-181
- Yanggo HT. Dalam perspektif hukum islam Tahkim Dalam ajaran Islam , makanan dan minuman yang dikonsumsi manusia khususnya umat Islam. *Nasional.* 2013;IX:1-21.
- Cahyaningrum F, Setyanti P. Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang vitamin A dengan kepatuhan ibu memberikan kapsul vitamin A pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja pukesmas rowosari kota semarang. (1):4-9.
- Iba Z, Wardhana A. *Populasi Dan Sampel.* (Pradana M, ed.); 2023.
- Rosada I, Nurliani N, Ayufadhilah N. Struktur Pendapatan dan Pola Konsumsi Pangan Rumah Tangga Nelayan. *J Galung Trop.* 2020;9(2):137-146. doi:10.31850/jgt.v9i2.592
- Widodo S, Ladyani F, Dalfian, et al. *Buku Ajar Metode Penelitian.*; 2023.
- Khairani M, Sutisna S, Suyanto S. Studi Meta-Analisis Pengaruh Video Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *J Biolokus.* 2019;2(1):158. doi:10.30821/biolokus.v2i1.442
- Rusdi FY, Helmizar H, Rahmy HA. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram Terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Padang. *J Nutr Coll.* 2021;10(1):31-38. doi:10.14710/jnc.v10i1.29271
- Septiani emma dwi jatmika, Muchsin Maulana, Kuntoro SM. *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan.* (Khuzaimah E, ed.); 2019.
- Herzaladini S, Sari EP, Hamid SA, Chairunnah C. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Ibu Nifas dalam Mengonsumsi Kapsul Vitamin A di UPTD Puskesmas Pengandonan Kecamatan Pengandonan Kabupaten OKU. *J Ilm Univ Batanghari Jambi.* 2022;22(1):84. doi:10.33087/jiubj.v22i1.1701
- Hikmawati Z. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Promosi Puzzle Gizi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V Di Sd Negeri 06 Poasia Kota Kendari. *Ejournal Kesehat.* Published online 2018:Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Ole.
- Mumtaz PL. Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Sarapan Terhadap Asupan Zat Gizi Makro (Karbohidrat, Lemak, Protein) Pada Siswa Kelas V SD Negeri 18 bireuen. *J Gizi Kesehat.* Published online 2019.
- siti aisyah, Suharti Ismail AM. Edukasi Kesehatan Dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *J Perawat Indones.* 2021;5(1):641-655. doi:10.32584/jpi.v5i1.926