



Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah

Winy Liveline Suryani^a, Rahmawati Maulidia^b, Achmad Dafir Firdaus^c

^{a, b, c} STIKes Maharani, Malang, Indonesia

Email korespondensi: winyliveline04@gmail.com

Abstract

Introduction: in Indonesia, only 1 in 10 children consume enough vegetables. In fact, lack of vegetable intake can cause various health problems in children. This study aims to determine the use of cartoon media in increasing vegetable eating interest in school-aged children using a literature review. **Method:** literature review using 2 search databases, namely PubMed NCBI and Google Scholar. Journal inclusion criteria for the last 5 years with quality assessment using a flow diagram of literature review based on PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses). **Result:** there are 12 journals that show an effect or significant difference from the use of cartoon media in increasing interest in eating vegetables in school-aged children and 3 journals that show no effect or significant difference from the use of cartoon media in increasing interest in eating vegetables in school-aged children. **Analysis:** the use of cartoon media has an influence in increasing interest in eating vegetables in school-age children, and also has a significant difference compared to other interventions such as lectures, powerpoints, posters, and others. **Discussion:** Children tend to like animated cartoons because their content is educative, imaginative, and innovative. **Conclusion:** So, it can be concluded that the use of cartoon media is very effective in increasing in eating vegetables in school-age children..

Keyword : Eating Interest, Cartoon Media, Vegetables, School-aged

Abstrak

Pendahuluan: Di Indonesia, hanya 1 dari 10 anak yang cukup mengonsumsi sayuran. Padahal, kurangnya asupan sayur dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah dengan menggunakan *literature review*. **Metode:** *literature review* ini menggunakan 2 database pencarian yaitu PubMed NCBI dan Google Scholar. Kriteria inklusi jurnal 5 tahun terakhir dengan penilaian kualitas menggunakan diagram alir *literature review* berbasis PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analyses). **Hasil:** terdapat 12 jurnal yang menunjukkan pengaruh atau perbedaan yang signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah dan 3 jurnal yang menunjukkan tidak ada pengaruh atau perbedaan yang signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur. **Analisis:** penggunaan media kartun memiliki pengaruh dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah, dan juga memiliki perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan intervensi lain seperti ceramah, *powerpoint*, poster, dan lain-lain. **Diskusi:** Anak-anak cenderung menyukai kartun animasi karena kontennya yang edukatif, imajinatif, dan inovatif. **Kesimpulan:** Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan media kartun sangat efektif dalam meningkatkan konsumsi sayur pada anak usia sekolah.

Keyword : Eating Interest, Cartoon Media, Vegetables, School-aged



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan pada manusia melalui beberapa tahap dengan ciri khas di masing-masing tahapnya. Tumbuh kembang manusia dimulai sejak janin, kemudian lahir menjadi bayi, lalu tumbuh dan berkembang di usia anak, lalu menjadi individu yang lebih kuat, yaitu berubah menjadi remaja dan dewasa, lalu lambat laun fisik melemah di usia lanjut, dan pada akhirnya akan meninggal. Bila dicermati, masing-masing tahap pertumbuhan dan perkembangan pada manusia memiliki ciri khas masing-masing. Dalam pembahasan kali ini, peneliti akan lebih menjabarkan ciri tumbuh kembang pada anak usia sekolah. Karena di usia tersebut manusia lebih cepat mengalami perubahan fisiknya. Ciri tumbuh kembang pada anak yang khas yaitu dimulai sejak saat konsepsi sampai berakhirnya masa remaja. Inilah perbedaan yang mendasari antara anak dan orang dewasa. Jadi anak sangat berbeda dengan dewasa dalam bentuk kecil (Narendra, M. B., Sularyo, T. S., Soetjningsih, Suyitno, H., Ranuh, I. N. G., & Wiradisura, S., 2008).

Masa tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah asupan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Gizi ibu hamil trimester akhir kehamilan akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan janin, begitu pula saat pasca natal, diperlukan zat makanan yang adekuat untuk tumbuh kembang bayi. Makanan pada balita komposisinya lebih kompleks daripada dewasa. Perlu penyediaan makanan dengan gizi seimbang untuk menunjang tahap pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Komposisi makanan yang seharusnya disediakan Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*

untuk anak sekurang-kurangnya terkandung di dalamnya karbohidrat, protein, mineral, dan kalsium. Dengan kata lain berisi nasi, sayur, lauk-pauk, buah dan susu. Komposisi ini sering kita kenal dengan sebutan 4 sehat 5 sempurna (Narendra et al. 2008).

Gizi pada anak berasal dari asupan yang mereka makan, salah satu jenis makanan yang mengandung banyak nutrisi atau gizi adalah sayur-sayuran (Narendra et al. 2008). Sayur merupakan kelompok bahan makanan yang berasal dari bahan nabati, yaitu dari berbagai bagian tumbuhan, seperti daun, akar, batang dan bunga. Setiap sayur-sayuran akan memiliki bermacam-macam kandungan dan gizi yang bermanfaat bagi tumbuh kembang anak-anak. Bahan makanan buah dan sayur merupakan penghasil vitamin dan mineral. Penggolongan bahan makanan di setiap negara akan berbeda-beda, ada yang menggolongkan menjadi tujuh kelompok, ada juga yang lima. Hal ini dilakukan untuk memudahkan penghidangan dan sebagai upaya pendidikan gizi (Sediaoetama, 2010).

Sayangnya, tingginya manfaat sayur-sayuran tidak sebanding dengan minat anak-anak untuk mengkonsumsi sayur-sayuran. Kebanyakan dari anak-anak tidak suka dengan olahan sayur-sayuran, karena berbagai alasan. Diantara alasan-alasan tersebut adalah karena rasa sayur yang hambar, kadang pahit, tampilannya yang tidak menarik, membosankan, serta tidak enak.

Ketidaksukaan anak-anak terhadap konsumsi sayuran didukung dengan data Riskesdas (2018) yaitu tercatat sebanyak 95,5 % penduduk umur lebih dari 5 tahun yang mengonsumsi kurang dari 5 porsi buah dan sayur dalam sehari, sedangkan proporsi mengonsumsi lebih dari 5 buah dan sayur tiap harinya pada data Riskesdas

masih terbilang rendah yaitu hanya sebesar 4,5%. Padahal, konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Untuk mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari sebenarnya kita perlu mengikuti Pedoman Gizi Seimbang sesuai Permenkes No. 41 Tahun 2014. Sebanyak 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah setiap hari atau setengah bagian piring berisi buah dan sayur (lebih banyak sayuran) setiap kali makan (Menkes, 2014).

Hal ini sangat disayangkan karena pada kenyataannya masyarakat di Indonesia terutama pada kelompok usia kisaran 7-12 tahun atau biasa kita sebut usia sekolah itu masih sangat membutuhkan banyak asupan vitamin, protein, mineral, karbohidrat dan kandungan gizi lainnya guna menyokong proses tumbuh kembang mereka, namun mereka malah kurang berminat untuk mengkonsumsi sayur-sayuran (Dalimartha & Adrian, 2011). Bahayanya, jika di usia ini sudah tidak suka mengkonsumsi buah dan sayur, lalu terus berlanjut hingga dewasa, maka dapat menyebabkan berbagai macam penyakit kronis, seperti kanker gastrointestinal, penyakit jantung iskemik, stroke, hingga kematian (Aune, D., Giovannucci, E., Boffetta, P., Fadnes, L. T., Keum, N. N., Norat, T., Greenwood, D. C., Riboli, E., Vatten, L. J., dan Tonstad, S., 2017).

Semakin tinggi konsumsi sayur dan buah maka akan semakin rendah terjadinya resiko penyakit kronis. Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, mengapa di usia sekolah penting sekali untuk pendisiplinan konsumsi sayur, tidak lain adalah untuk memenuhi kebutuhan gizi anak, disamping itu, konsumsi sayuran dapat mencegah terjadinya obesitas pada anak (Colapinto, C. K., Graham, J., & St-pierre, S., 2018).

Solusi yang dapat digunakan untuk menghadapi permasalahan tersebut adalah dengan metode penayangan animasi kartun guna meningkatkan minat makan sayur anak. Seperti yang telah diketahui, anak-

anak pada umumnya sangat menyukai kartun, tidak dipungkiri setiap kali menonton televisi pasti kebanyakan anak-anak mencari saluran televisi yang menayangkan kartun. Anak-anak memang suka dengan hal berbau imajinatif, petualangan, dan terkadang yang bersifat aneh bahkan yang mustahil dapat terjadi di dunia ini. Hal-hal tersebut sering terjadi pada cerita-cerita yang ada dalam kartun. Tidak jarang mereka juga mengidolakan tokoh-tokoh atau karakter-karakter yang ada dalam kartun, sampai mereka menirukan apa yang dilakukan tokoh favoritnya yang ada dalam kartun (Rufaidah et al., 2018).

Hal ini menjadi menarik bagi peneliti untuk mengkaji secara mendalam tentang animasi kartun sebagai referensi metode untuk mengubah perilaku anak dalam konsumsi sayuran. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah dengan menggunakan *literature review*.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* dengan menggunakan 2 *database* pencarian yaitu *PubMed NCBI* dan *Google Scholar*. Kata kunci yang terkait dengan asupan sayur, animasi kartun, dan anak usia sekolah. Kriteria inklusi jurnal 5 tahun terakhir dengan penilaian kualitas menggunakan *diagram flow literature review* berdasarkan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses*).

Jurnal yang didapatkan sebanyak 15 jurnal, yaitu 10 jurnal internasional yang berbahasa Inggris dan 5 jurnal nasional yang berbahasa Indonesia. *Boolean operator* yang digunakan dalam pencarian literatur penelitian ini adalah “AND” untuk pencarian berbahasa Inggris dan *boolean*

operator “DAN” untuk pencarian berbahasa Indonesia.

Strategi dalam mencari jurnal yang digunakan dalam literature review ini yaitu pertanyaan yang digunakan untuk melakukan review jurnal yang disesuaikan dengan PICOS seperti tabel di bawah ini.

Tabel 1 PICOS

Website Jurnal	Kata Kunci	Hasil
NCBI	Cartoon	183
Pubmed	Vegetable	19,707
	Cartoon and vegetable	4
Google Scholar (English)	Animation and vegetable	4,510
	Animation and vegetable and children	3,500
	Animation and vegetables intake and children	2,330
Google Scholar (Indonesian)	Animasi dan sayur	977
	Animasi dan sayur dan anak	782
	Animasi dan konsumsi sayur dan anak	254

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 1 diatas, pencarian dilakukan di web resmi PubMed NCBI dengan alamat website: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/> dengan kata kunci “cartoon”, muncul 185 hasil, “vegetable” muncul 19.707 hasil, dan “cartoon and vegetable” muncul 4 hasil. Selain itu juga menggunakan pencarian di web Google Scholar dengan alamat website: <https://scholar.google.com/> dengan kata kunci “animation and vegetables”, muncul 4.510 hasil, kata kunci “animation and vegetables and children” menampilkan 3.500 hasil, dan kata kunci “animation and vegetables intake and children” menampilkan 2.330 hasil. Pencarian sumber jurnal juga menggunakan kata kunci berbahasa Indonesia guna memudahkan dalam mendapatkan sumber dalam negeri, yaitu kata kunci “animasi dan sayur”

menampilkan 977 hasil, kata kunci “animasi dan sayur dan anak” dengan 782 hasil, dan kata kunci “animasi dan konsumsi sayur dan anak” menampilkan 254 hasil.

Semua jurnal didapatkan dari *Google Scholar*, sedangkan semua jurnal dari rekomendasi *database NCBI PubMed* tidak lolos seleksi, yaitu dari 4 hasil temuan, 3 diantaranya merupakan *literature review*, *systematic review* atau *meta-analysis review* dan 1 jurnal tidak menunjukkan adanya relevansi antara media kartun dengan minat makan sayur pada anak usia sekolah.

HASIL

Responden studi yang diambil dari 15 jurnal yang telah didapatkan dalam *literature review* ini memiliki karakteristik yang berbeda-beda, mulai dari tahun publikasi, desain penelitian, hingga jenis analisisnya. Hampir keseluruhan dari jurnal-jurnal tersebut memiliki responden anak-anak usia sekolah. Karakteristik responden studi dalam penelitian *literature review* ini akan dijelaskan dalam tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2 Karakteristik Responden Studi

Kategori	N	%
A. Tahun Publikasi		
2016	1	6,7
2019	9	60
2020	2	13,3
2021	3	20
Total	15	100
B. Desain Penelitian		
<i>Quasi-experimental</i>	7	46,6
<i>Comparative longitudinal study</i>	1	6,7
<i>Comprehensive survey</i>	1	6,7
<i>Two-arm cluster-randomized trial</i>	1	6,7
<i>Cross-sectional study</i>	1	6,7
<i>Experimental study</i>	1	6,7
<i>A descriptive, longitudinal, observational, and retrospective study</i>	1	6,7
<i>Semi-structured</i>	1	6,7

Kategori	N	%
<i>interview study</i>		
<i>Research and development</i>	1	6,7
Total	15	100
C. Analisis Penelitian		
<i>Paired T-test</i>	3	20
<i>Wilcoxon signed ranks test</i>	3	20
<i>Mann-whitney test</i>	1	6,7
<i>Logistic regression</i>	1	6,7
<i>Dependent T-test dan Independent T-test</i>	2	13,3
<i>Univariate chi-square tests</i>	1	6,7
<i>ANOVA</i>	1	6,7
<i>Annual reports</i>	1	6,7
<i>Framework method</i>	1	6,7
<i>Research and development</i>	1	6,7
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2021

Dari 15 jurnal yang dipaparkan dalam tabel 1 di atas, dapat dilihat bahwa tahun publikasi terbanyak dalam *literature review* ini adalah tahun 2019 yaitu sebanyak 9 jurnal, sedangkan untuk desain penelitian yang terbanyak adalah menggunakan desain penelitian *quasi-experimental* yaitu sebanyak 7 jurnal, ada dua jenis analisis yang paling banyak digunakan yaitu *paired T-test* dan *Wilcoxon signed ranks test* masing-masing sebanyak 3 jurnal.

Sedangkan sampel yang digunakan pada setiap artikel jurnal dapat dilihat dalam tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3 Jumlah Sampel yang Digunakan pada Setiap Jurnal

No	Judul Jurnal	Jumlah Sampel
1	<i>Animated Video Displaying Frequency to Changing of Behaviour in Consuming Fruit and Vegetable on The Students of Baitul Izzah Islamic Elementary School Bengkulu</i>	60

No	Judul Jurnal	Jumlah Sampel
2	<i>Impact of the Nutrition Education Program Nutriamigos® on Levels of Awareness on Healthy Eating Habits in School-Aged Children</i>	341
3	<i>Nutrition Profile of Products with Cartoon Animations on the Packaging: a UK Cross-Sectional Survey of Foods and Drinks</i>	534
4	<i>The Differences Between the Effects of Giving Nutritional Lessons Using Animation Media and Lectures on Primary School Age Children's Nutritional Knowledge, Attitudes, and Behaviors of Fruits and Vegetables Consumption</i>	784
5	<i>Comparing Video and Poster Based Education for Improving 6-17 Months Children Feeding Practices : a Cluster Randomized Trial in Rural Benin</i>	155
6	<i>Digital Media Use in Association with Sensory Taste Preferences in European Children and Adolescents—Results from the I.Family Study</i>	7841
7	<i>Investigating the Effects of Non-Branded Foods Placed in Cartoons on Children's Food Choices through Type of Food, Modality and Age</i>	124
8	<i>Implementation of the European School Fruit and Vegetables Scheme in Spain (2009–2017)</i>	14/15 komunitas otonom
9	<i>Using Virtual Reality to Stimulate Healthy and Environmentally Friendly Food Consumption among Children: An Interview Study Eline</i>	22
10	<i>Cartoon Characters in Children's Series: Gender Disparities in Body Weight</i>	152

Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*

No	Judul Jurnal	Jumlah Sampel
	<i>and Food Consumption</i>	
11	Perbandingan Media Audiovisual dan Ceramah Terhadap Sikap Siswa Tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah	58
12	Pengembangan Multimedia Interaktif Berbasis Lectora Inspire Sebagai Media Promosi Kesehatan Tentang Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Sekolah Dasar	29
13	Perbedaan Edukasi Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak SD Menggunakan Metode Ceramah dengan Alat Peraga dan Media Audiovisual	55
14	Edukasi dengan Media Video Animasi dan Powerpoint Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Konsumsi Sayur dan Buah	73
15	Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur	36

Sumber: Data Primer, 2021

Hasil analisis 15 jurnal yang telah peneliti lakukan dengan metode *literature review* ini menunjukkan bahwa ada 12 jurnal yang menunjukkan adanya pengaruh atau perbedaan yang signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah dan 3 jurnal yang menunjukkan tidak ada pengaruh atau perbedaan signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah.

PEMBAHASAN

Analisis penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah

Hasil analisis pada salah satu penelitian yang dilakukan oleh Puspita, Adi, dan Ratih (2019) tentang pengembangan multimedia interaktif berbasis *lectora inspire* sebagai media promosi kesehatan tentang konsumsi buah dan sayur pada siswa sekolah dasar menunjukkan hasil bahwa multimedia interaktif memperoleh persentase hasil uji coba kelompok besar sebanyak 94% dan termasuk dalam kategori sangat layak dan dapat digunakan tanpa revisi. Ketika siswa ditanya mengenai apakah mereka akan makan buah dan sayur setiap hari setelah mendapatkan materi konsumsi buah dan sayur melalui multimedia interaktif ini, sebanyak 100% menjawab ya mereka akan makan buah dan sayur setelah mendapatkan materi konsumsi buah dan sayur melalui multimedia interaktif ini. Begitu pula pada penelitian Andeka, Marsofely, dan Eliana (2019) menunjukkan hasil analisis pada perbedaan perilaku sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menunjukkan adanya pengaruh dari frekuensi penayangan video animasi buah dan sayur terhadap perubahan perilaku anak-anak dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

Hal tersebut sesuai dengan pengertian dari media kartun yaitu salah satunya tayangan animasi kartun adalah salah satu jenis multimedia yang berbasis audio visual bergambar dua dimensi atau sering disebut kartun, yang mana media ini dapat digunakan sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan pengetahuan tentang manfaat buah dan sayur yang akhirnya dapat meningkatkan minat makan sayur pada anak-anak (Ansori dan Hendy, 2018). Menurut opini penulis, semakin anak-anak tahu, maka akan semakin tertarik. Pengetahuan tentang nutrisi adalah salah satu faktor penting yang menentukan

perilaku seseorang dalam konsumsi makanan.

Berbagai penelitian perbandingan untuk menunjukkan hasil banding antara intervensi yang menggunakan tayangan animasi kartun dengan intervensi lain seperti metode ceramah, media *powerpoint*, dan lain-lain juga telah dilakukan untuk menentukan adanya pengaruh atau perbedaan yang signifikan dengan peningkatan minat makan sayur pada anak-anak. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni, Tamtomo, dan Hanim (2016) yang membandingkan antara intervensi menggunakan media animasi dan ceramah, hasilnya menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku anak-anak sekolah dasar terhadap konsumsi sayur dan buah meningkat setelah diterapkannya metode pengajaran nutrisi baik itu menggunakan metode penayangan animasi kartun maupun metode ceramah. Metode audiovisual lebih menarik dibanding ceramah karena siswa saat ini khususnya siswa SMPIT Al Musabbihin lebih senang aktivitas menonton film dibandingkan dengan aktivitas membaca yang dianggap lebih membosankan. Media audiovisual efektif untuk merubah sikap siswa karena pembelajaran dengan metode audio visual dapat membangkitkan rangsangan indera penglihatan, pendengaran, perabaan, maupun penciuman atau kesesuaiannya dengan tingkatan belajar siswa, sikap positif terhadap pentingnya konsumsi sayur dan buah (Hastuti, Rochadi, dan Sudaryati, 2019). Menurut penulis, menonton film kartun akan lebih memberikan makna lebih dalam pada penonton anak-anak, karena tampilan kartun dapat merangsang semua indera pada anak, sehingga pengetahuan tentang pentingnya konsumsi sayur bisa lebih tersampaikan pada anak.

Hasil penelitian yang menunjukan tidak adanya perbedaan juga ditunjukkan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Bodjrenou et al. (2020) yang

membandingkan antara media pengajaran menggunakan video dengan poster, hasilnya menyebutkan bahwa anak-anak disisi yang menonton video dan sisi yang menerima poster memiliki hasil yang sama dengan keragaman makanan dan frekuensi makanan. Jadi, video tidak memiliki kemungkinan yang lebih baik secara signifikan untuk meningkatkan *Dietary Diversity Score* (DDS) dan *Meal Frequency* (MF) dibandingkan dengan *poster-flyer*. Namun, mengkombinasikan video dengan selebaran atau poster dapat juga meningkatkan keefektifannya. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Jatmika dan Safrilia (2019) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rerata antara pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah dengan menggunakan metode ceramah dengan alat peraga dan media audiovisual pada anak di SD Negeri Glagah Kota Yogyakarta. Begitu pula hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Salsabila et al. (2019) yang menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh perbedaan antara media video animasi dan *powerpoint* dalam edukasi gizi terhadap asupan konsumsi sayur dan buah pada siswa kelas V. Namun dalam penelitian yang dilakukan oleh Jatmika dan Safrilia (2019) ini terdapat kekurangan yaitu dari segi komunikasi, kelas dengan intervensi menggunakan media audiovisual dan kelas dengan menggunakan alat peraga sama-sama memperoleh materi yang sama dengan metode ceramah, sedangkan alat peraganya menyesuaikan dengan materi yang ada dalam media audiovisual. Sehingga, hal ini mempengaruhi hasilnya bahwa tidak ada perbedaan antara metode ceramah dengan alat peraga dan media audiovisual. Metode dan media pembelajaran seperti alat bantu pendidikan yang dapat berupa media audiovisual, alat peraga, *powerpoint*, dan sebagainya dalam menyampaikan informasi sangat berpengaruh terhadap keberhasilan penyampaian pesannya (Astuti, 2013). Penerimaan pesan melalui indera juga

memiliki pengaruh yang berbeda-beda. Pada indera penglihatan sebesar 90%, indera pendengaran sebesar 5%, sedangkan 5% lainnya untuk pengucapan, penciuman dan perabaan (Arsyad, 2011). Sehingga penulis berpendapat bahwa media audiovisual yang melibatkan banyak indera seperti dalam tayangan animasi kartun memiliki potensi pengaruh besar terhadap peningkatan pengetahuan karena penerimaan pesan didalamnya dapat mencapai hingga 90%. Semakin banyak paparan tayangan animasi, maka semakin besar pula pengaruh yang ditimbulkannya. Informasi di dalam tayangan tersebut akan semakin melekat dan mempengaruhi perilaku penontonnya.

Pada kasus lain, seringkali animasi kartun juga banyak digunakan sebagai media promosi berbagai produk makanan. Animasi kartun dan karakter yang menarik perhatian anak-anak digunakan untuk menjual makanan-makanan yang tidak sehat yang mana tinggi akan lemak, garam dan/atau gula. Kebanyakan makanan dan minuman yang menampilkan jenis kemasan seperti ini berasal dari kategori yang tidak disarankan untuk dikonsumsi secara terus-menerus, seperti cake, biskuit, dan camilan. Faktanya menunjukkan bahwa animasi kartun pada kemasan dapat mempengaruhi kebiasaan makan pada anak-anak (Pombo-Rodrigues et al., 2020). Pengajaran nutrisi melalui media audiovisual juga mempengaruhi terhadap kebiasaan makan pada anak-anak, yang pada akhirnya juga dapat mencegah terjadinya obesitas pada anak-anak.

Pengajaran nutrisi melalui media audiovisual juga mempengaruhi terhadap kebiasaan makan pada anak-anak, yang pada akhirnya juga dapat mencegah terjadinya obesitas pada anak-anak. Pengajaran yang menggunakan media audiovisual seperti animasi kartun digunakan pada *Nutrition Education Program Nutriamigos®*, dimana hasil dari pengajaran tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan yang lebih

Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*

signifikan terjadi pada post intervensi kelompok dengan berat badan lebih. Program “Nutriamigos®” telah membuktikan bahwa program ini efektif untuk dilakukan di sekolah negeri maupun swasta dan tidak ada perbedaan antara laki-laki atau perempuan, antara anak dengan berat badan normal atau kelebihan berat badan (Franciscato et al., 2019). Sampel yang digunakan pada penelitian Franciscato et al. (2019) menggunakan sampel random dengan *convenience sample* dalam membandingkan siswa dari tingkat sosial dan ekonomi yang berbeda, terdiri dari 242 (sekolah 1) dan 99 anak (sekolah 2), maka jumlah totalnya 341 anak, dengan kisaran usia 6 hingga 10 tahun. Pengambilan sampel dengan *convenience sample* memiliki kelebihan yaitu cepat dan murah, lebih mudah dalam mengambil data dari responden, karena sebelumnya responden telah menyetujui melalui *inform consent*, sehingga mudah diukur dan biasanya mudah diajak untuk bekerjasama. Namun, teknik sampling ini juga memiliki kekurangan diantaranya adalah hasil penelitiannya dapat memunculkan bias karena peneliti dapat mengambil responden siapa saja yang ditemuinya dengan teknik ini (Sugiarto et al., 2010). Berdasarkan opini penulis, sampel sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian, karena sampel dapat mempengaruhi kualitas penelitian yang dihasilkan. Penentuan sampel harus benar-benar diminimalkan kesalahannya untuk menghasilkan sampel dengan akurasi, efikasi dan reliabilitas yang tinggi.

Sesuai dengan yang telah dijelaskan di atas, memang animasi adalah media yang paling banyak digemari anak-anak, sehingga bukan tidak mungkin dengan menggunakan multimedia interaktif sangat layak digunakan sebagai media promosi kesehatan tentang buah dan sayur yang pada akhirnya bisa meningkatkan preferensi anak-anak dalam mengkonsumsi sayur-sayuran (Puspita, Adi, dan Ratih, 2019). Tujuan dari tayangan animasi

kartun ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pada anak-anak tentang manfaat sayur-sayuran, setelah mengetahui manfaatnya, maka anak-anak akan cenderung lebih berhati-hati terhadap apa yang akan dikonsumsinya. Semakin tinggi tingkat pengetahuan nutrisi seseorang, maka dia akan lebih mempertimbangkan jenis dan kualitas makanan yang akan di konsumsi (Andeka, Marsofely, dan Eliana, 2019). Melalui media *virtual reality* (VR), kesadaran dari konsumen khususnya anak-anak tentang dampak dari perilaku mereka mengenai pentingnya asupan sayur-sayuran terhadap kesehatan mereka sendiri dan terhadap lingkungan mereka akan meningkat (Smit, Meijers, dan van der Laan, 2021). Penulis juga beropini bahwa memberi pengetahuan tentang manfaat sayur pada anak-anak memang sulit, namun bukan tidak mungkin jika disampaikan dengan media kartun. Anak akan lebih fokus pada pemaparan materi dengan media kartun, sehingga hasilnya manfaat sayur pun dapat tersampaikan dengan baik pada anak-anak.

Beberapa studi dari jurnal juga mendapati beberapa kekurangan atau kelemahan, yaitu beberapa diantaranya adalah karena beberapa batasan atau kesulitan yang dialami oleh beberapa peneliti, diantara kesulitan-kesulitan tersebut adalah karena perilaku dan kebiasaan makan tidak dapat diubah dengan cepat, oleh karena itu, ada dua tantangan: menggunakan sampel yang terlalu kecil untuk mendeteksi efek yang dihasilkan atau durasi intervensi terlalu pendek untuk mengukur dampak. Ukuran sampel sebenarnya merupakan masalah utama dalam penilaian efektivitas intervensi pendidikan gizi. Namun, ukuran sampel sangat bervariasi antar studi, terutama tergantung pada tujuan studi dan tingkat kesulitan untuk mengumpulkan data hasil (Bodjrenou et al., 2020). Tayangan animasi tentang manfaat sayur-sayuran yang dipaparkan pada anak-anak juga tidak lepas dari kesulitan-kesulitan.

Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*

Meskipun makanan dalam kartun lazim, bukanlah tugas yang mudah untuk menemukan episode yang berisi beberapa jenis makanan (makanan bernilai gizi rendah dan makanan bernilai gizi tinggi) yang dikombinasikan dengan berbagai jenis penempatan (Villegas-Navas, Montero-Simo, dan Araque-Padilla, 2019). Menurut penulis, pembuatan animasi kartun memang sangat sulit dan diperlukan waktu yang sangat lama, sehingga untuk membuat tayangan yang berlanjut tentang jenis dan manfaat sayur akan lebih sulit juga, disamping itu, membuat penonton konsisten menanti tayangan selanjutnya juga menjadi tantangan tersendiri. Namun, jika dilihat dari hasilnya, manfaat dari tayangan kartun tentang edukasi manfaat sayur akan lebih besar terhadap kesehatan anak-anak. Karena sedikit banyak akan mengubah kebiasaan anak-anak dalam memilih preferensi makanan utamanya sayur-sayuran.

Secara umum, studi *literature review* ini menunjukkan hasil bahwa penggunaan media kartun memiliki pengaruh dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak-anak usia sekolah, serta juga memiliki perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan intervensi lain seperti media ceramah, *powerpoint*, poster, dan lain-lain terhadap peningkatan minat makan sayur. Anak-anak cenderung menyukai tayangan animasi kartun karena isinya yang edukatif, imajinatif, serta inovatif. Kebanyakan anak-anak tidak bosan menonton serial kartun yang banyak dan berdurasi panjang, bahkan semakin penasaran dengan apa yang terjadi selanjutnya (Rufaidah, Saad, dan Kadir, 2018). Namun, hal ini berbanding terbalik dengan minat makan sayur pada anak-anak, hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang manfaat sayur-sayuran. Maka dari itu, strategi dengan menggunakan media kartun ini sangat efektif digunakan untuk meningkatkan minat makan sayur pada anak-anak khususnya anak usia sekolah (7-12 tahun)

(Dalimartha dan Adrian, 2011). Nahasnya, animasi kartun yang disukai anak-anak ini jarang yang berisi tentang makanan bernutrisi tinggi seperti sayur-sayuran, padahal perilaku anak-anak itu juga dipengaruhi oleh apa yang mereka tonton. Anak-anak menjadikan tokoh dalam kartun ini sebagai *role model* yang mereka tiru bahkan dipuja (Rufaidah, Saad, dan Kadir, 2018). Maka dari itu, penting adanya pengajaran sejak dini tentang manfaat sayur-sayuran guna meningkatkan asupan nutrisi pada anak-anak (Villegas-Navas, Montero-Simo, dan Araque-Padilla, 2019). Penulis berpendapat bahwa, tayangan animasi kartun tentang edukasi manfaat sayur-sayuran memiliki peran yang besar untuk mengubah perilaku pola makan anak-anak, yang mana dengan animasi, anak akan lebih banyak menyerap ilmu dari tayangan tersebut, sehingga akhirnya, anak-anak akan tertarik serta terangsang untuk meniru dan mempraktikkan dari apa yang tokoh kartun itu lakukan.

KESIMPULAN

Diperlukan strategi yang efektif agar anak-anak utamanya usia sekolah memiliki minat dalam mengkonsumsi sayur-sayuran. Media kartun adalah salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan asupan sayuran pada anak-anak.

Berdasarkan *literature review* pada 15 jurnal, yaitu 10 jurnal internasional dan 5 jurnal nasional yang telah dilakukan peneliti, terdapat beberapa kesimpulan. Dari 15 jurnal tersebut ada 12 jurnal yang menunjukkan adanya pengaruh atau perbedaan yang signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah dan 3 jurnal yang menunjukkan tidak ada pengaruh atau perbedaan signifikan dari penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah. Sesuai dengan analisis *literature review* tersebut, maka dapat diambil kesimpulan

Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*

bahwa penggunaan media kartun sangat efektif dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah.

SARAN

1. Bagi profesi keperawatan

Para pekerja dalam profesi keperawatan supaya dapat mempertimbangkan intervensi menggunakan media kartun sebagai strategi untuk meningkatkan minat makan sayur pada anak-anak khususnya anak usia sekolah.

2. Bagi peneliti lain

Dari hasil penelitian ini, peneliti menganjurkan pada peneliti lain agar menjadikan sumber literatur ini sebagai dasar penelitian selanjutnya berdasarkan faktor lainnya, variabel yang berbeda, serta lokasi yang berbeda.

3. Bagi anak usia sekolah

Setelah memahami tentang pentingnya manfaat sayur-sayuran melalui *literature review* ini, anak-anak supaya dapat mempraktikkan intervensi yang telah dilakukan dalam penelitian-penelitian dalam studi *literature review* ini guna meningkatkan minat makan sayur.

4. Bagi orang tua

Setelah mempelajari studi ini, orang tua supaya mengimplementasikan intervensi yang ada dalam penelitian-penelitian dalam studi *literature review* ini khususnya media kartun sebagai strategi untuk meningkatkan minat makan sayur pada anak-anak mereka.

KETERBATASAN PENELITIAN

Selama peneliti melakukan penelitian *literature review* ini mengalami keterbatasan dan kesulitan dalam mencari dan memilih jurnal yang sesuai dan tepat mengenai penggunaan media kartun dalam meningkatkan minat makan sayur pada anak usia sekolah. Hal ini dikarenakan masih sedikit penelitian yang membahas tentang hal tersebut dalam lima tahun terakhir ini. Namun, pada akhirnya melalui *database Google Scholar*, peneliti

mendapatkan 15 jurnal tentang media kartun dan pengaruhnya serta perbedaan yang signifikan dalam meningkatkan asupan sayur-sayuran pada anak usia sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Andeka, W., Marsofely, R. L., & Eliana. (2019). *Animated Video Displaying Frequency to Changing of Behavior in Consuming Fruit and Vegetable on The Students of Baitul Izzah Islamic Elementary School Bengkulu*. 14(Icihc 2018), 9–13. <https://doi.org/10.2991/icihc-18.2019.3>
- Ansori, N., & Hendy, Y. (2018). *Perancangan Media Pembelajaran Manfaat Enam Jenis Sayuran Untuk Siswa PAUD di Kota Bandung*. 5(1), 35–44.
- Arsyad, A. (2011). *Media Pembelajaran* (1st ed.). PT Raja Grafindo Persada.
- Astuti, N. R. (2013). Promosi Kesehatan Gigi Dan Mulut Dengan Metode Ceramah Interaktif Dan Demonstrasi Disertai Alat Peraga Pada Guru Sekolah Dasar Sebagai Fasilitator Dental And Oral Health Promotion With Interactive Lecture And Demonstration Method Accompanied With Learning. *Information Design Journal*, 2(2), 16–25.
- Aune, D., Giovannucci, E., Boffetta, P., Fadnes, L. T., Keum, N. N., Norat, T., Greenwood, D. C., Riboli, E., Vatten, L. J., & Tonstad, S. (2017). Fruit and vegetable intake and the risk of cardiovascular disease, total cancer and all-cause mortality-A systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. *International Journal of Epidemiology*, 46(3), 1029–1056. <https://doi.org/10.1093/ije/dyw319>
- Bodjrenou, F. S. U., Hounkpatin, W. A., Mitchodigni, I., Salako, V., Kakai, R. Winy Liveline Suryani, dkk., *Literature Review: Penggunaan Media Kartun dalam Meningkatkan Minat Makan Sayur pada Anak Usia Sekolah*
- G., Dadele, Y., Bouzitou, G. N., Schneider, L., Mutanen, M., Savy, M., Kennedy, G., Hounhouigan, J. D., & Termote, C. (2020). Comparing video and poster based education for improving 6-17 months children feeding practices: A cluster randomized trial in rural Benin. *Progress in Nutrition*, 22(1), 330–342. <https://doi.org/10.23751/pn.v22i1.9177>
- Colapinto, C. K., Graham, J., & St-pierre, S. (2018). Health Reports Trends and correlates of frequency of fruit and vegetable consumption. *Health Reports*, 29(January), 12–13.
- Dalimartha, S., & Adrian, F. (2011). *Khasiat Buah dan Sayur*. Penebar Swadaya.
- Franciscato, S. J., Janson, G., Machado, R., Lauris, J. R. P., de Andrade, S. M. J., & Fisberg, M. (2019). Impact of the Nutrition Education Program Nutriamigos® on Levels of Awareness on Healthy Eating Habits in School-Aged Children. *Journal of Human Growth and Development*, 29(3), 390–402. <https://doi.org/10.7322/jhgd.v29.9538>
- Hastuti, M., Rochadi, K., & Sudaryati, E. (2019). *Perbandingan Media Audiovisual dan Ceramah Terhadap Sikap Siswa Tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah*. 5(7), 21–36.
- Menkes. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. 1–96. <http://kesmas.kemkes.go.id/perpu/konten/permenkes/pmk-no.-41-ttg-pedoman-gizi-seimbang>
- Narendra, M. B., Sularyo, T. S., Soetjningsih, Suyitno, H., Ranuh, I. N. G., & Wiradisura, S. (2008).

Tumbuh Kembang Anak dan Balita
(1st ed.). Sagung Seto.

- Pombo-Rodrigues, S., Hashem, K. M., Tan, M., Davies, Z., He, F. J., & Macgregor, G. A. (2020). Nutrition Profile of Products with Cartoon Animations on the Packaging: a UK Cross-Sectional Survey of Foods and Drinks. *Nutrients*, *12*(3). <https://doi.org/10.3390/nu12030707>
- Puspita, M. D., Adi, S., & Ratih, S. P. (2019). *Pengembangan Multimedia Interaktif Berbasis Lectora Inspire Sebagai Media Promosi Kesehatan Tentang Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Sekolah Dasar*. *1*(2), 154–163.
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, *44*(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Rufaidah, A., Saad, S., & Kadir. (2018). Evaluasi Program Televisi Pendidikan “Kartun Anak.” *Jurnal Sekretari Universitas Pamulang*, *5*(2), 1–16.
- Villegas-Navas, V., Montero-Simo, M. J., & Araque-Padilla, R. A. (2019). Investigating the Effects of Non-Branded Foods Placed in Cartoons on Children’s Food Choices through Type of Food, Modality and Age. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(24). <https://doi.org/10.3390/ijerph16245032>