

## STORYTELLING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KONSUMSI SAYUR

Nor Za'idah Asy'ariyah, Yuni Sufyanti Arief, Ilya Krisnana

Korespondensi:

Nor Za'idah Asy'ariyah, d/a: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

Kampus C Jl Mulyorejo Surabaya, Telp. 031 5913754

E-mail: zaidah.binti@gmail.com

### ABSTRACT

*Preschool vegetable consumption still less than recommendation that lack of knowledge and attitude of ignoring the importance of eating vegetables is being the reasons. Storytelling is a method that suitable for cognitive and affective development of preschool which able to imagine new perspectives and invite learning experiences from the characters. The purpose of this study was to examine the effects of storytelling on knowledge and attitude vegetable consumption for preschool at Nitasari Kindergarten Mojo Gubeng Surabaya. A Quasy Experiment method with pretest-posttest control group design was used. The populations were students of Nitasari Kindergarten Surabaya in the B class which has 37 students. Samples were taken by purposive sampling technique. The independent variable is storytelling with flash card as a media, while the dependent variable is the knowledge and attitude of preschool in vegetable consumption. Data were collected by using questionnaire and interview then analyzed using level of significance  $p \leq 0.05$  by Wilcoxon Sign Rank Test and Mann Whitney U test. Result showed that there was difference in vegetable consumption knowledge level between treatment and control groups with  $p=0.000$ ; and there was difference in vegetable consumption attitude between treatment and control groups with  $p=0.003$ . It can be concluded that storytelling has effect on knowledge and attitude vegetable consumption for preschool. Storytelling should carry out by competence storyteller and for further studies should examine into action domain.*

*Keywords: storytelling, knowledge, attitude, vegetable consumption, preschool*

### PENDAHULUAN

Usia prasekolah (3–6 tahun) merupakan masa perkembangan sosial, intelektual dan emosional yang pesat bagi anak. Anak membutuhkan asupan gizi yang adekuat untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh sebab itu nutrisi memiliki peranan penting bagi tumbuh kembangnya, dimana nutrisi didapatkan dari makanan yang dikonsumsi tiap hari. Pertumbuhan yang cepat saat masa infant berangsur-angsur melambat saat anak memasuki usia prasekolah. Seiring dengan penurunan kecepatan pertumbuhan ini, perilaku makan menjadi berubah. Hal ini membuat anak mengalami penurunan nafsu makan dan hanya mau makan makanan yang disukai (Wardlaw & Smith, 2009). Anak cenderung tidak mau makan sayur, padahal intake protein, kalsium, zat besi, vitamin A dan D yang adekuat merupakan hal penting selama masa ini (British Nutrition Foundation, 2009). Anak membutuhkan asupan tinggi protein, rendah lemak, tinggi vitamin B dan

tinggi kalsium, yang zat-zat penting tersebut sebagian besar didapat dari konsumsi sayur setiap hari.

Anak masih sangat bergantung pada orang dewasa, terutama orang tua yang berperan penting pada pembentukan pola makan dan pemenuhan kebutuhan nutrisi termasuk memilih jenis makanan yang dihidangkan. Jenis makanan keluarga pertama yang dikenalkan adalah sop sayur (52,7%) dan tahu/tempe (29,0%) (Harinda, 2012). Hal ini membuktikan orang tua sebagai penyedia makanan dan yang mengenalkan berbagai macam makanan termasuk sayur sudah memperkenalkan sejak dini, namun anak memilih-milih dan menghindari sayur. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 7 orang ibu siswa TK B Nitasari, 100% ibu selalu menghidangkan menu sayur setiap hari. Akan tetapi, 6 dari 7 ibu mengatakan bahwa anak menolak untuk makan sayur. Anak lebih memilih nasi dan lauk saja seperti telur, ikan dan ayam. Ibu

harus berusaha keras dan memaksa anak untuk mau makan sayur sehingga membuat suasana makan tidak nyaman dan anak menjadi rewel. Gambaran sikap ini merupakan kasus global dan merupakan suatu kesulitan bagi orangtua untuk memberi anak-anak mereka makanan yang mengandung serat dan banyak vitamin yaitu sayur-mayur (Wardlaw & Smith 2009). Anak perlu mendapat penanaman sejak dini mengenai pentingnya makan sayur, karena masa prasekolah merupakan waktu yang terbaik untuk inisiasi *eating behaviors* yang baik dan akan bertahan hingga dewasa (Droog *et al.*, 2013). Dongeng bisa menjadi wahana untuk mengasah imajinasi, membuka pemahaman dan belajar pada pengalaman-pengalaman sang tokoh dalam dongeng tersebut. Teknik bercerita merupakan cara yang unik, menarik tanpa memaksa dan tanpa perlu menggurui sang anak (Haryani, 2007).

Terdapat proporsi yang cukup besar pada anak di dunia yang tidak memenuhi rekomendasi WHO dalam konsumsi sayur dan buah, yakni setidaknya 400 gram/hari (Krolner *et al.*, 2011). Hal ini disebabkan karena anak sudah dapat memilih-milih makanan yang disukainya, hanya mau makan makanan tertentu saja dan cenderung menghindari makan sayur (Fitriani *et al.*, 2009). Diperkirakan sebanyak 80% anak-anak di dunia ini yang tidak menyukai sayur-mayur sedangkan sayur-mayur merupakan penyumbang utama untuk nutrisi dan diet seimbang pada anak-anak dan dewasa (Maryam, 2012). Sebuah penelitian oleh *The Gateshead Millenium Baby Study* pada tahun 2006 di Inggris menyebutkan 20% orangtua melaporkan anaknya mengalami masalah makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu (Wright, 2007). Survei lain di Amerika Serikat menyebutkan 19-50% orangtua mengeluhkan anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu (Piazza & Hernandez, 2004). Gunanti (2000) dalam penelitiannya mengatakan rata-rata konsumsi sayur pada anak prasekolah masih kurang dari anjuran, yaitu 50,9 gram/kapita/hari. Padahal angka anjuran konsumsi anak prasekolah adalah >75 gram/kapita/hari. Hasil pengambilan data awal, dari 40 siswa TK B Nitasari, >50% siswa menyisahkan sayur yang dihidangkan saat makan bersama. Para siswa lebih memilih nasi dan lauk daripada sayur.

Ketika dihidangkan mie goreng yang terdapat sawi hijau didalamnya, para siswa cenderung memilih mie saja dan menyisahkan sawi hijau lalu dibuang.

Salah satu penyebab rendahnya konsumsi sayur pada anak karena kurangnya pengetahuan dan sikap mengabaikan pentingnya makan sayur. Tidak efektifnya pendidikan gizi pada anak semenjak usia dini berdampak pada pengetahuan yang kurang tentang pola konsumsi makanan yang sehat dan seimbang saat dewasa, sehingga menyebabkan perilaku yang salah (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Masalah tersebut dapat berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan nutrisinya (Fitriani *et al.*, 2009). Selain itu, anak dapat mengalami *stunting* atau menjadi balita pendek. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2010, Indonesia dengan prevalensi anak balita pendek sebesar 35,6% merupakan negara ke-5 terbesar yang berkontribusi pada 90% *stunting* di dunia. Anak pendek mempunyai risiko lebih tinggi menderita diabetes, obesitas, hipertensi dan stroke pada usia dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Untuk itu, diperlukan suatu metode untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai pentingnya makan sayur setiap hari. Oleh sebab itu, perlulah dilakukan intervensi sejak dini supaya anak-anak mendapat kesehatan yang optimum (Wardlaw *et al.*, 2004). *Storytelling* merupakan metode yang sesuai dengan perkembangan kognitif dan afektif anak usia prasekolah.

Saat *storytelling* berlangsung merupakan proses yang penting, terjadi penyerapan pengetahuan yang disampaikan *storyteller* kepada *audience*. Proses inilah yang menjadi pengalaman seorang anak dan menjadi tugas *storyteller* untuk menampilkan kesan menyenangkan pada saat bercerita (Kusumastuti, 2010). Setelah itu, memilah mana yang dapat dijadikan panutan sehingga membentuknya menjadi moralitas yang dipegang sampai dewasa (Haryani, 2007). Anak akan mengadopsi cerita yang disampaikan oleh *storyteller*

yang berisi tentang pesan-pesan baik; senang makan sayur, tidak rewel dan memilih-milih jenis makanan saat waktu makan tiba. Selanjutnya, anak diharapkan dapat menerapkan pesan-pesan yang disampaikan pada kehidupan sehari-hari. *Storytelling* merupakan cara yang efektif untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif dan aspek konatif anak (Asfandiyar, 2007). Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian guna mempelajari pengaruh *storytelling* terhadap pengetahuan dan sikap anak usia prasekolah dalam konsumsi sayur di TK Nitasari Mojo Gubeng Surabaya.

## BAHAN DAN METODE

Desain pada penelitian adalah *Quasy Experimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*, dengan populasi dalam penelitian adalah siswa-siswi TK B Nitasari Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya yang berjumlah 37 anak. Pendekatan sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, didapatkan besar sampel sebanyak 32 anak.

Variabel independen penelitian adalah *storytelling* dengan menggunakan media *flash card*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap konsumsi sayur anak usia prasekolah. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner dan wawancara terstruktur modifikasi dari Hariani (2011). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *Wilcoxon signed rank test* dan *Mann Whitney Test* dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Taman Kanak-Kanak Nitasari yang terletak di Jalan Jojoran III/168 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya. Kegiatan pembelajaran terkait konsumsi sayur yang dilakukan di TK Nitasari antara lain makan bersama satu bulan sekali yang didalamnya terdapat menu sayur-mayur.

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden pada kelompok perlakuan memiliki pengetahuan yang rendah tentang pengetahuan konsumsi sayur pada saat *pretest* dilakukan yang dibuktikan dengan 12 responden (75%)

memiliki skor rendah. Sama halnya dengan kelompok perlakuan, tingkat pengetahuan konsumsi sayur kelompok kontrol saat *pretest* sebagian besar pada tingkat rendah yaitu terdapat 11 responden (68,75%) memiliki pengetahuan rendah tentang konsumsi sayur.

Tabel 1 Pengetahuan konsumsi sayur sebelum dan sesudah diberikan *storytelling*

Tingkat pengetahuan	Perlakuan				Kontrol				
	Pre		Post		Pre		Post		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Rendah	12	75	2	12,5	11	68,75	10	62,5	
Cukup	3	18,75	3	18,75	5	31,25	5	31,25	
Baik	1	6,25	11	68,75	0	0	1	6,25	
Total	16	100	16	100	16	100	16	100	
<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>			P=0,000				P=0,070		
<i>Mann-Whitney U Test</i>			P=0,000						

Saat dilakukan *posttest* menunjukkan bahwa hampir seluruh responden pada kelompok perlakuan memiliki pengetahuan konsumsi sayur pada tingkat pengetahuan baik setelah diberikan *storytelling*, hal ini dibuktikan dengan adanya 11 reponden (68,75%) yang memiliki skor baik. Pada kelompok kontrol saat *posttest* sebagian besar memiliki pengetahuan pada tingkat rendah yang ditandai dengan 10 responden (62,50%) yang memiliki pengetahuan yang rendah.

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai  $p=0,000$  sehingga  $p<0,05$  artinya ada perbedaan pengetahuan yang signifikan saat *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan. Pada kelompok kontrol didapatkan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai  $p=0,070$  sehingga  $p>0,05$  yang artinya tidak ada perbedaan pengetahuan yang signifikan saat *pretest* dan *posttest*. Hasil uji statistik *Mann-Whitney U Test* diperoleh  $p=0,000$  sehingga  $p<0,05$  yang artinya ada perbedaan pengetahuan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol.

Berdasarkan tabel 2 sikap siswa pada kelompok perlakuan saat *pretest* memiliki perbandingan sikap positif dan sikap negatif yang sama. Hal ini dapat ditunjukkan dari jumlah respoden yang memiliki sikap positif

terhadap konsumsi sayur sebanyak 8 responden (50%) dan memiliki sifat negatif sebanyak 8 responden (50%). Sebagian besar responden kelompok kontrol bersikap positif dalam konsumsi sayur yang dibuktikan dengan 9 responden (56,25%) memiliki sikap positif saat dilakukan *pretest*.

Tabel 2 Sikap konsumsi sayur sebelum dan sesudah diberikan *storytelling*

Kategori sikap	Perlakuan				Kontrol			
	Pre		Post		Pre		Post	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Positif	8	50	11	68,75	9	56,25	8	50
Negatif	8	50	5	31,25	7	43,75	8	50
Total	16	100	16	100	16	100	16	100
<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>			P=0,005		P=0,088			
<i>Mann-Whitney U Test</i>					P=0,003			

Sebagian besar responden kelompok perlakuan memiliki sikap positif dalam konsumsi sayur setelah diberikan intervensi *storytelling* yang dibuktikan dengan 11 responden (68,75%) memiliki sikap positif sesuai tabel 2. Sikap siswa pada kelompok kontrol saat *posttest* memiliki perbandingan sikap positif dan sikap negatif yang sama. Hal ini dapat ditunjukkan dari jumlah responden yang memiliki sikap positif terhadap konsumsi sayur sebanyak 8 responden (50%) dan memiliki sifat negatif sebanyak 8 responden (50%).

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai  $p=0,005$  sehingga  $p<0,05$  yang berarti ada perbedaan sikap yang signifikan saat *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan. Pada kelompok kontrol, hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai signifikansi  $p=0,088$  sehingga  $p>0,05$  yang artinya tidak ada perbedaan sikap yang signifikan saat *pretest* dan *posttest*. Hasil uji statistik *Mann-Whitney U Test* menunjukkan bahwa hasil signifikansi  $p=0,003$  sehingga  $p<0,05$  yang berarti ada perbedaan sikap yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 pengetahuan responden pada kelompok perlakuan saat *pretest* didapatkan hasil sebagian besar pada kategori

rendah. Pada tabulasi nilai pengetahuan saat *pretest*, responden pada kelompok perlakuan memiliki pengetahuan yang rendah pada beberapa aspek pengetahuan mengenai konsumsi sayur yaitu macam-macam sayur dan frekuensi makan sayur. Sebagian besar responden tidak lulus pada parameter macam-macam sayur, frekuensi makan sayur dan manfaat makan sayur. Setelah dilakukan analisis, diketahui bahwa responden belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai konsumsi sayur. Kegiatan pembelajaran terkait hal tersebut jarang dilakukan. Para pengajar menjelaskan kepada siswa-siswi bahwa sayur itu membuat tubuh sehat namun tidak menyampaikan manfaat lainnya. Mengenai jenis-jenis sayur dan dampak kurang konsumsi sayur, hanya menyampaikan secara garis besar atau secara umum. Siswa-siswi hanya mengetahui bahwa semua gambar sayur bernama sayur, tanpa mengetahui nama masing-masing sayur. Kristjandottir *et al.* (2006) dalam Fibrihirzani (2012) mengatakan bahwa pengetahuan tentang manfaat dan anjuran konsumsi sayur berbanding lurus dengan konsumsi sayur pada anak. Hal ini sangat berhubungan dengan pola orang tua dalam mengajarkan anaknya mengenai konsumsi sayur serta peran guru/pengajar dalam mengenalkan dan mendidik siswa-siswinya dalam hal pengetahuan konsumsi sayur sejak usia kanak-kanak.

Responden yang memiliki pengetahuan konsumsi sayur kategori baik berjumlah 1 anak pada *pretest*. Responden tersebut pernah mendapatkan pendidikan *play group* dan pendidikan terakhir orang tua responden adalah Diploma. Sedangkan pengetahuan terburuk ada pada 1 responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah dimana anak tersebut hanya menjawab 1 jawaban benar. Responden tersebut tidak pernah mendapatkan pendidikan *play group* dan pendidikan terakhir kedua orang tua responden adalah Sekolah Dasar. Pendidikan sangat mempengaruhi proses belajar, baik pendidikan orang tua maupun pendidikan anak tersebut. Dengan pendidikan yang tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi. Sebaliknya tingkat pendidikan yang kurang akan menghambat

perkembangan dan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Herlina, 2009). Responden yang pernah mendapatkan pendidikan *playgroup*, tingkat pengetahuannya lebih baik dari pada responden yang tidak pernah mendapatkan pendidikan *playgroup* karena memungkinkan anak mendapatkan informasi dan pembelajaran yang lebih dari pada anak yang tidak pernah mendapatkan pendidikan *playgroup*. Selain itu, pendidikan orang tua juga berpengaruh dalam hal ini. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi dan makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Mubarak, 2007). Akan tetapi, pada penelitian ini tidak semua responden sesuai dengan teori tersebut karena banyak faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang diantaranya pendidikan, umur, lingkungan, pengalaman, minat, kebudayaan, dan sumber informasi.

Hasil *posttest* pada kelompok perlakuan didapat pengetahuan responden hampir seluruhnya berada pada kategori baik. Pengetahuan tertinggi ada pada parameter pertama dan kedua yaitu macam-macam sayur. Peningkatan pengetahuan dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat diketahui melalui peningkatan kategori yang terjadi pada hampir seluruh responden. Perubahan yang sangat signifikan yaitu peningkatan pengetahuan responden dari kategori rendah menjadi baik pada sebagian besar responden (68,75%). Akan tetapi ditemukan 2 orang responden yang tetap berada pada kategori pengetahuan rendah. Responden yang tetap berada kategori pengetahuan rendah dapat dikaitkan dengan tipe atau gaya belajar anak. Dalam penyampaian materi *storytelling*, pendongeng perlu mempertimbangkan jenis gaya belajar anak. Menurut Gardner (2008), terdapat tiga tipe belajar anak yaitu audio, visual dan kinestetik. Metode *storytelling* hanya menyajikan informasi berupa suara (audio) melalui ucapan *storyteller* dan gambar (visual) melalui media *flash card*. Tidak semua anak memiliki tipe belajar auditori dan/atau visual. Beberapa anak memiliki gaya belajar kinestetik dimana mengharuskan anak tersebut

menyentuh sesuatu yang memberikan informasi tertentu agar ia bisa mengingatnya.

Pengetahuan pada seluruh responden kelompok perlakuan mengalami peningkatan setelah intervensi *storytelling*, peningkatan terbesar adalah pada parameter macam-macam sayur. Sebagian besar responden perlakuan memiliki pengetahuan baik pada saat *posttest*. Macam-macam sayur bisa ditunjukkan melalui alat peraga yang digunakan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan media *flash card*. *Flash card* adalah salah satu alat peraga dalam *storytelling* dimana alat peraga digunakan untuk menarik minat anak-anak dalam proses *storytelling* (Asfandiyar, 2007). Manipulasi simbol merupakan karakteristik esensial dari tahapan anak prasekolah. Kemampuan anak berada pada kemampuan menggunakan gambar simbolik dalam berfikir (Syaodih, 2011). Selain itu, anak mendapat visualisasi yang jelas dan nyata dari gambar-gambar yang ditunjukkan melalui media *flash card*, dalam hal ini *storytelling* mampu menyajikan informasi dan pesan melalui suara dan gambar (audio dan visual) sehingga memudahkan anak dalam memahami isi cerita.

Sebagian besar responden kelompok kontrol memiliki pengetahuan rendah saat *pretest* maupun *posttest*. Kategori pengetahuan pada kelompok kontrol saat *pretest* didapatkan hasil hampir seluruh responden pada kategori pengetahuan rendah. Pada hasil *posttest* pengetahuan kelompok kontrol didapat pengetahuan responden sebagian besar tetap pada kategori rendah. Akan tetapi, ditemukan 2 responden yang mengalami penurunan kategori yakni dari kategori cukup menjadi rendah. Selain penurunan terdapat 3 responden yang mengalami peningkatan kategori dari kategori rendah menjadi cukup, dan 1 kategori dari cukup menjadi baik. Hal tersebut dapat terjadi karena responden mendapatkan informasi mengenai konsumsi sayur dari sumber lain seperti media elektronik, teman sebaya, orang tua atau lainnya, namun informasi tersebut masih belum mampu meningkatkan pengetahuan responden. Dari hasil tersebut, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada

aspek pengetahuan responden kelompok kontrol antara *pretest* dan *posttest*.

*Storytelling* dengan media *flash card* merupakan salah satu metode belajar yang cocok dan sesuai untuk anak usia prasekolah. Pada saat proses *storytelling* berlangsung terjadi sebuah penyerapan pengetahuan yang disampaikan pencerita kepada *audience*. Proses inilah yang menjadi pengalaman seorang anak (Kusumastuti, 2010). Setelah itu memilah mana yang dapat dijadikan panutan olehnya sehingga membentuknya menjadi moralitas yang dipegang sampai dewasa (Haryani, 2007). Anak mengadopsi cerita yang disampaikan oleh *storyteller* yang berisi tentang pesan-pesan yang baik untuk senang makan sayur, sehingga pengetahuan anak meningkat yang ditandai dengan meningkatnya skor pengetahuan responden ke dalam kategori pengetahuan baik.

Kisah yang disampaikan saat *storytelling* pada pertemuan pertama berisi cerita seorang siswa TK yang tidak bersemangat sekolah karena sakit perut, susah buang air besar akibat selalu menolak dan tidak mau makan sayur. Salah seorang teman dari siswa tersebut menceritakan pengalaman kakaknya yang pernah merasakan hal yang sama. Sakit perut itu tidak enak, tidak menyenangkan dan mengganggu bermain. Hal ini ditekankan untuk parameter dampak kurang konsumsi sayur. Selain itu, teman siswa tersebut menceritakan nasihat orang tuanya akan pentingnya konsumsi sayur (penekanan parameter manfaat makan sayur). Di akhir cerita siswa TK tersebut mau makan sayur, menjadi anak yang sehat, bersemangat sekolah dan dapat bermain kembali bersama teman-teman. Cerita yang mengisahkan langsung tokoh anak seperti ini akan terkesan dekat dan nyata karena responden bisa membayangkan langsung bahwa yang ada di dalam cerita tersebut adalah dirinya. Dengan demikian responden akan membayangkan sakit perut, susah buang air besar, tidak bisa belajar dan bermain karena tidak mau makan sayur, kemudian pada akhirnya anak tidak mau meniru dan tidak ingin merasakan pengalaman yang tidak menyenangkan tersebut.

Teknik dan metode penyampaian merupakan faktor penting yang menunjang keberhasilan transfer informasi. Tujuan penyampaian informasi harus menyesuaikan dengan

kebutuhan dan metode yang digunakan harus sesuai dengan karakteristik kelompok yang akan menerima informasi tersebut. Kelebihan metode *storytelling* adalah cerita tersebut bisa menjadi wahana untuk mengasah imajinasi, membuka pemahaman dan belajar pada pengalaman-pengalaman sang tokoh dalam dongeng tersebut. Teknik bercerita merupakan cara yang unik, menarik tanpa memaksa dan tanpa perlu menggurui sang anak (Haryani, 2007). *Storytelling* merupakan metode penyampaian informasi yang tepat bagi usia anak prasekolah. Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *storytelling* terhadap pengetahuan konsumsi sayur kelompok perlakuan, sedangkan pada kelompok kontrol hasilnya tidak signifikan.

Berdasarkan tabel 2 sikap responden kelompok perlakuan saat *pretest* didapatkan hasil setengah dari seluruh responden berada pada kategori negatif. Pada tabulasi sikap saat *pretest*, responden kelompok perlakuan memiliki sikap negatif terbanyak pada pernyataan manfaat makan sayur (parameter keenam) yakni 7 responden yang menjawab setuju (pernyataan negatif). Setengah dari seluruh responden tidak lulus pada parameter manfaat makan sayur, hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan atau informasi yang dimiliki kurang. 6 dari 12 responden yang memiliki pengetahuan konsumsi sayur rendah, responden tersebut juga mempunyai sikap negatif terhadap konsumsi sayur. Pengetahuan tentang sayur pada anak akan sangat mendukung sikap dan perilaku anak untuk mengkonsumsinya. Menurut Fibrihirzani (2012), ketika anak tahu mengenai manfaat konsumsi sayur anak akan sadar dan tertarik untuk mencoba mengonsumsinya. Pengenalan dan pemaparan sayur secara berulang-ulang saat usia dini mampu meningkatkan kesukaan anak. Hal ini sangat berhubungan dengan pola orang tua dalam mengajarkan dan menanamkan kesukaan terhadap konsumsi sayur, termasuk mengenal macam-macam sayur dan manfaatnya bagi tubuh. Responden yang dibiasakan oleh orang tuanya untuk mengkonsumsi sayur setiap hari akan cenderung menyukai dan bersikap positif dalam hal konsumsi sayur tersebut, maka hal ini akan tertanam dalam benak

anak bahwa sayur memiliki banyak macam dan manfaat serta harus dikonsumsi setiap hari.

Pada *pretest* kelompok perlakuan ini, ditemukan pula hasil bahwa responden perempuan cenderung memiliki sikap positif terhadap konsumsi sayur dibanding responden laki-laki. 5 dari 9 responden perempuan bersikap positif terhadap konsumsi sayur. Sedangkan pada responden laki-laki hanya 3 dari 7 responden yang bersikap positif terhadap konsumsi sayur. Selain faktor pengetahuan, jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur pada anak. Perempuan mengonsumsi sayur lebih banyak dibandingkan laki-laki (Fibrihizani, 2012). Hubungan antara jenis kelamin dengan konsumsi sayur dapat disebabkan karena niat dan preferensi. Dalam penelitian Bere *et al.* (2007), niat dan preferensi perempuan untuk mengonsumsi sayur dua kali lebih besar daripada laki-laki.

Responden yang bersikap positif terhadap konsumsi sayur berjumlah 8 anak saat *pretest*. 5 orang diantaranya memiliki orang tua dengan pendidikan terakhir Diploma dan Sekolah Menengah Atas. Tingkat pendidikan orang tua akan menentukan cara orang tua dalam membimbing dan mengarahkan anaknya dalam hal pendidikan. Tingkat pendidikan orang tua yang rendah akan cenderung sempit wawasannya terhadap pendidikan, sedangkan tingkat pendidikan orang tua yang tinggi akan memiliki wawasan yang lebih luas (Rini, 2012). Makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan dimana seseorang dengan pendidikan tinggi maka orang tersebut semakin luas pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seseorang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal akan tetapi dapat diperoleh dari pendidikan nonformal.

Peningkatan jumlah responden kelompok perlakuan dengan kategori positif berdasarkan data pada tabel 2, yaitu terdiri atas 7 responden yang semula sudah dalam kategori positif tetap

bertahan pada kategori positif, serta terdapat peningkatan pada 4 responden yang sebelumnya dalam kategori negatif menjadi kategori positif. Akan tetapi, *Storytelling* tidak memberikan perubahan sikap pada 4 responden yang tetap berada pada kategori negatif pada sebelum maupun sesudah diberikan intervensi. Keempat responden tersebut tidak pernah mendapatkan pendidikan *play group* dan 2 dari 4 responden tersebut pendidikan terakhir orang tua adalah Sekolah Dasar. Ditemukan pula 1 orang responden yang mengalami penurunan kategori dari positif menjadi negatif. Responden yang tidak dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar disebabkan karena posisi duduk responden saat *storytelling* jauh dari *storyteller*, sehingga volume suara yang diterima antara responden satu dan yang lain tidak sama. Menurut Nasir (2009), lingkungan merupakan situasi yang dapat mempengaruhi proses komunikasi mulai dari sumber yang menyampaikan pesan, sampai pada efek atau pengaruh pesan terhadap penerima pesan. Menurut Majid (2001) dalam Kusumastuti (2010), pendongeng harus memperhatikan posisi duduk agar kegiatan mendongeng berjalan lancar dan mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Saat penelitian berlangsung, tidak dimungkinkan untuk mengkondisikan tempat duduk *audience* di satu deret yang sama untuk intervensi *storytelling* tersebut. Pesan dan informasi yang disampaikan mungkin tidak diserap sempurna oleh responden sehingga mempengaruhi hasil *posttest* beberapa responden yang tetap berada pada kategori sikap negatif.

Selain karena posisi duduk saat *storytelling* berlangsung, terdapat hal lain yang dapat mempengaruhi sikap beberapa responden yang tetap pada kategori negatif. Mengubah aspek sikap seseorang tidak seperti mengubah aspek pengetahuan yang dibutuhkan beberapa waktu yang cukup lama. Menurut Azwar (2007), ada beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap seseorang antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan, dan faktor emosional. Ada kemungkinan karena *posttest* dilakukan di hari yang sama dengan intervensi,

responden membutuhkan waktu untuk berubah dan mengolah informasi yang didapat sebelumnya sehingga masih ada beberapa responden yang bersikap negative. saat dilakukan *posttest*. Semua responden yang bersikap negatif tersebut seluruhnya berusia 6 tahun. Ditinjau dari faktor emosional, perkembangan emosional anak 6 tahun ada pada fase egosentris. Berpikir egosentris yaitu berpikir tentang benar atau tidak benar, setuju atau tidak setuju, berdasarkan sudut pandang anak sendiri. Oleh sebab itu, anak belum dapat meletakkan cara pandangnya di sudut pandang orang lain (Syao dih, 2011).

Hasil *posttest* sikap responden kelompok perlakuan sebagian besar berada pada kategori positif. Sikap positif terbanyak ada pada pernyataan mengenai kandungan sayur (parameter pertama) dan kesukaan makan sayur (parameter keempat) yaitu semua responden menjawab setuju (pernyataan positif). Ditemukan peningkatan kategori positif antara *pretest* dan *posttest* pada sebagian besar responden kelompok perlakuan (68,75%).

Sikap responden kelompok perlakuan mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi *storytelling*. Hal tersebut dikarenakan *Storytelling* memiliki kekuatan yang sanggup mempengaruhi akal pikiran dan psikologi manusia secara luar biasa. Mendongeng merupakan salah satu cara efektif untuk membentuk tingkah laku dan mampu menanamkan superego kepada anak (Sophiani, 2008). Kisah yang disampaikan saat *storytelling* pada pertemuan kedua berisi cerita seorang anak yang sedang terlelap di tidur siangnya bermimpi mendengar suara sayur-mayur yang sedang menangis karena sedih tidak dimakan. Kangkung menangis karena berada di tempat sampah, dibuang oleh anak-anak, tidak dimakan, sedangkan kangkung merasa dirinya sangat bermanfaat bagi pembentukan tulang dan gigi anak-anak karena mengandung banyak kalsium. Selain kangkung, buncis juga menangis karena anak-anak hanya memilih wortel saat orang tua mereka memasak sop sayur wortel dan buncis. Padahal buncis mampu membuat anak-anak tidak susah buang air besar dan tidak sakit perut. Di akhir cerita, anak tersebut bersemangat makan sayur karena dia telah

menyadari bahwa sayur-mayur sangat bermanfaat bagi kesehatan.

Sebagian besar responden kelompok kontrol memiliki sikap negatif saat *pretest* dan *posttest*. Kategori sikap pada responden kelompok kontrol saat *pretest* didapatkan setengah dari seluruh responden berada pada kategori negatif. Pada hasil *posttest* sikap responden kelompok kontrol tidak jauh berbeda, sebagian besar responden tetap pada kategori sikap negatif. Terdapat 4 responden mengalami penurunan kategori dari positif menjadi negatif. Pada akhir total tabulasi pada kelompok kontrol jumlah responden yang berada pada kategori sikap negatif meningkat. Hal ini dikarenakan kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi *storytelling* dimana terdapat pendidikan pengetahuan dan sikap dalam konsumsi sayur yang sesuai untuk anak usia prasekolah.

Cerita yang membuat sayur mayur sebagai tokoh yang seolah-hidup hidup sangat sesuai dengan fase anak prasekolah yang penuh dengan imajinasi. Saat anak mengembangkan imajinasi dan memperluas minatnya adalah ketika ia mendengarkan cerita. Dari cerita, anak belajar mengenal manusia dan kehidupan, serta dirinya sendiri. Lewat cerita yang disampaikan, tokoh sayur-mayur yang menangis menyentuh sisi afeksi dan perasaan anak. Selain itu, secara tidak langsung cerita tersebut memotivasi anak untuk menyukai dan mau makan sayur. Di dalam cerita banyak sekali unsur persuasi yang ditonjolkan. Menurut Azwar (2011) persuasi dapat diperkaya dengan pesan-pesan yang membangkitkan emosi kuat, terutama ketika pesan berisi rekomendasi mengenai perubahan sikap. Cara ini efektif bila sikap atau perilaku yang hendak diubah ada kaitannya dengan aspek kesehatan.

Stimulus yang diberikan melalui *storytelling* mampu meningkatkan pengetahuan dan mengubah kecenderungan (sikap) anak untuk memilih mengkonsumsi sayur. *Storyteller* menampilkan kesan menyenangkan kepada anak dan melibatkan emosi anak serta menimbulkan keakraban sosial antara pencerita dan *audience*. Penyampaian informasi dan pesan serta



nilai-nilai penting tentang perilaku konsumsi sayur yang terdapat dalam *storytelling* dapat menimbulkan respon yang adaptif yaitu perubahan sikap positif anak terhadap konsumsi sayur. *Storytelling* merupakan metode yang sesuai dengan perkembangan kognitif dan afektif anak usia prasekolah. Setelah mendapatkan perlakuan berupa pendidikan kesehatan tentang konsumsi sayur dengan metode *storytelling* menggunakan media *flash card*, para responden lebih mengerti akan kandungan, manfaat serta hal-hal penting lain mengenai konsumsi sayur. Terjadi perubahan sikap yang signifikan pada responden kelompok perlakuan saat *pretest* dan *posttest*. Hal berbeda terjadi pada responden kelompok kontrol, tidak ada perbedaan sikap yang signifikan pada hasil *pretest* dan *posttest*.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Pengetahuan dalam konsumsi sayur mengalami peningkatan setelah dilakukan *storytelling* pada anak prasekolah di TK Nitasari Mojo Gubeng Surabaya karena *storytelling* menggunakan media *flash card* menarik minat siswa yang terdapat gambar-gambar menarik didalamnya. Sikap dalam konsumsi sayur anak usia prasekolah di TK Nitasari Mojo Gubeng Surabaya mengalami peningkatan setelah dilakukan *storytelling* menggunakan media *flash card* karena di dalam cerita banyak unsur persuasi yang ditonjolkan, memotivasi anak untuk menyukai dan mau makan sayur. *Storytelling* berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap dalam konsumsi sayur anak usia prasekolah di TK Nitasari Mojo Gubeng Surabaya karena dalam *storytelling* menggunakan media *flash card* sesuai dengan perkembangan kognitif dan afektif fase anak prasekolah yang mampu mengasah imajinasi, membuka pemahaman dan belajar pada pengalaman-pengalaman sang tokoh dalam dongeng tersebut.

### Saran

Guru atau pengajar menyediakan menu sayur yang bermacam-macam saat makan bersama

untuk mengetahui keberlanjutan anak mau makan sayur (aspek tindakan) terkait pengetahuan yang meningkat pada aspek macam-macam sayur dan sikap yang positif setelah diberi intervensi *storytelling* menggunakan media *flash card*. Selain itu, guru dapat memanfaatkan *storytelling* dengan media *flash card* sebagai metode pembelajaran dalam kelas mengenai pendidikan kesehatan terutama konsumsi sayur untuk siswa didik TK B yang efektif dilaksanakan dua kali dalam satu bulan. Orang tua memberikan dukungan dalam meningkatkan konsumsi sayur dengan menyediakan menu sayur setiap hari, menganjurkan anak mengkonsumsi sayur dan memberikan fasilitas seperti menyiapkan sayur untuk bekal sekolah. Perawat komunitas dapat menerapkan *storytelling* sebagai salah satu alternatif metode dalam melakukan promosi kesehatan pada anak usia prasekolah. Peneliti selanjutnya tidak hanya meneliti domain pengetahuan dan sikap saja, melainkan juga penelitian hingga domain tindakan untuk mencapai perubahan perilaku konsumsi sayur anak usia prasekolah secara maksimal.

## KEPUSTAKAAN

- Asfandiyar, Andi Y. (2007). *Cara Pintar Mendongeng*, Jakarta: Mizan.
- Azwar, S. (2011). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya Edisi 2*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Bere, et al. (2007). Why do Boys Eat Less Fruit and Vegetables than Girls? *Public Health Nutrition* 11 (3): 321-325.
- British Nutrition Foundation. (2009). *Nutrition Science: Preschool Children*. (<http://www.nutrition.org.uk/nutrition-science/life/pre-school-children>).
- Droog, Simone M. et al. (2013). *Enhancing Children's Vegetable Consumption Using Vegetable-Promoting Picture books, The Impact of Interactive Shared Reading and Character-Product Congruence*. *Journal Appetite* 73 (2014) 73-80. Elsevier.
- Fibrihirzani, Hafsah. (2012). Hubungan antara Karakteristik Individu, Orang tua dan Lingkungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SDN Beji

- 5 dan 7 Depok Tahun 2012. *Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Jakarta*.
- Fitriani, F. *et al.* (2009). Gambaran Penyebab Kesulitan Makan pada Anak Prasekolah Usia 3-5 Tahun di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang. *Eprints Universitas Sriwijaya Palembang*.
- Gardner, Howard. (2008). *Kenalilah Tipe Gaya Belajar Kita (Learning Style)*. Universitas Bangka Belitung. (<http://www.ubb.ac.id>).
- Gunanti, Ining R. (2000). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Sayuran Anak Prasekolah. *Research center of nutrition development Universitas Airlangga Surabaya*.
- Hariani, Dede. (2011). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayuran Siswa Sekolah Dasar di SD Negeri 064975 Kecamatan Medan Denai Kota Medan. *Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara*
- Harinda, Loraine. (2012). *Proporsi dan Status Gizi pada Anak Prasekolah dengan Kesulitan Makan di Semarang*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
- Haryani. (2007). *Mencerdaskan Anak dengan Dongeng*. Universitas Negeri Yogyakarta. Diakses 18 Maret 2014 (<http://staff.uny.ac.id/>)
- Herlina, Sarah. (2009). *Hubungan Karakteristik dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Postpartum tentang Perawatan Masa Nifas di Ruang Kamar I Rumah Sakit Umum Daerah Arifin Achmad Pekanbaru*. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Strategi Nasional Penerapan Pola Konsumsi Makanan dan Aktifitas Fisik untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Krolner, *et al.* (2011). *Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents: a review of the literature. Part II: qualitative studies*. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2011, 8:112.
- Kusumastuti, Dina N. (2010). Pengaruh Kegiatan Storytelling terhadap Pertumbuhan Minat Baca Siswa di TK Bangun 1 Getas Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang. *Skripsi Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro Semarang*. ([eprints.undip.ac.id/22141/](http://eprints.undip.ac.id/22141/)).
- Maryam, Aziemah. (2012). *Tingkat Pengetahuan Anak-Anak Sekolah Dasar tentang Manfaat Konsumsi Sayur-Mayur di Sekolah Dasar Shafiyatul Amaliyyah Medan*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Medan
- Mubarak, Wahit Iqbal, *et al.* (2007). *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Nasir. (2009). *Komunikasi dalam praktek keperawatan. Teori dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Piazza, C.C. & T.A. Hernandez. (2004). *Assesment and treatment of pediatric feeding disorders*. *Encyclopedia on Early Childhood*; 2004; 1-7.
- Rini, Esti Setya. (2012). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Prestasi Belajar Siswa dengan Minat Siswa Melanjutkan Studi ke Perguruan Tinggi pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kalasan. *Skripsi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Sophiani, P. (2008). Peran Storytelling sebagai Sarana Promosi Perpustakaan TK/SD Al Izhar Pondok Labu Jakarta. *Skripsi Fakultas Adab dan Humaniora UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*
- Syaodih, Ernawulan. (2011). *Perkembangan Kognitif Anak Prasekolah*. Universitas Pendidikan Indonesia Bandung (<http://file.upi.edu/>).
- Wardlaw Gordon M. & Anne M. Smith. (2009). *Contemporary Nutrition 7<sup>th</sup> edition*. New York: McGraw-Hil Publishing Company.
- Wardlaw, Gordon M. *et al.* (2004). *Perspectives in Nutrition 6<sup>th</sup> edition*. New York: McGraw-Hil Publishing Company.
- Wright CM, *et al.* (2007). *How do toddler eating problems relate to their eating behavior, food preferences, and growth? American Academy of Pediatrics*; 2007; 120:1069-75.