

PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA REALIA TERHADAP KEMAMPUAN MENGENAL MAKANAN SEHAT PADA ANAK

Dea Imelda Siregar, Dior Manta Tambunan

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh
E-mail: dior.endlessbay@gmail.com

Abstract

Many children still have limited ability to recognize and distinguish between healthy and unhealthy foods. This condition may be influenced by learning methods that are less concrete and less engaging for young children. The use of realia media as a learning method is considered effective because it involves real objects that can be directly seen and touched, making it easier for children to understand the concept of healthy food. The objective of this study is to determine the effect of using realia media on the ability to recognize healthy food among children at TK Tunas Harapan Mandiri Medan. This study employed a quantitative approach with a pre-experimental one group pretest–posttest design. The sampling technique used was purposive sampling, involving 52 children aged 5–6 years. Data were collected using a questionnaire measuring children's ability to recognize healthy food before and after the implementation of learning activities using realia media. Bivariate Data analysis was conducted by Wilcoxon Test. The results showed an improvement in children's ability to recognize healthy food after the implementation of learning using realia media. Statistically, the use of realia media had a significant effect on children's ability to recognize healthy food, with a p-value < 0.05. There is a significant effect of using realia media on the ability to recognize healthy food among children. Realia media can be used as an effective alternative learning method for nutrition education in early childhood. It is recommended for future researchers to add variables such as the role of parents and children's attitudes towards healthy food to enrich the research results.

Keywords: Healthy Food, Preschool Children, Realia Media.

Abstrak

Masih banyak anak yang belum mampu mengenali dan membedakan makanan sehat dan tidak sehat dengan baik. Kurangnya pemahaman ini dapat dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang kurang konkret dan kurang menarik bagi anak. Penggunaan media realia sebagai media pembelajaran dinilai efektif karena menggunakan benda nyata yang dapat dilihat dan disentuh secara langsung, sehingga memudahkan anak dalam memahami konsep makanan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media realia terhadap kemampuan mengenal makanan sehat pada anak TK Tunas Harapan Mandiri Medan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest–posttest. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 52 anak usia 5–6 tahun. Pengumpulan data menggunakan kuesioner kemampuan mengenal makanan sehat *pre-post* intervensi pembelajaran menggunakan media realia. Analisis data bivariat menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengenal makanan sehat pada anak setelah diberikan pembelajaran menggunakan media realia. Secara statistik, penggunaan media realia menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan mengenal makanan sehat dengan p-value < 0,05. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan media realia terhadap kemampuan mengenal makanan sehat pada anak. Media realia dapat digunakan sebagai alternatif media pembelajaran yang efektif dalam edukasi gizi anak usia dini. Disarankan pada peneliti selanjutnya untuk menambahkan variabel peran orang tua dan sikap anak terhadap makanan sehat untuk memperkaya hasil penelitian.

Kata kunci: Anak Prasekolah, Makanan Sehat, Media Realia



PENDAHULUAN

Masa prasekolah, yang mencakup anak usia tiga hingga enam tahun, merupakan periode krusial yang ditandai dengan perkembangan psikososial dan kognitif yang pesat meski pertumbuhan fisik cenderung melambat^(1, 2). Pada fase ini, anak-anak mulai mengeksplorasi lingkungan sosial dan menunjukkan ketertarikan pada aspek kesehatan, sehingga menjadi waktu yang ideal untuk menanamkan dasar-dasar pengetahuan nutrisi. Kualitas tumbuh kembang anak pada tahap ini sangat bergantung pada asupan gizi yang optimal, yang berkorelasi langsung dengan kemampuan kognitif dan motorik mereka di masa depan.

Secara global, malnutrisi masih menjadi tantangan serius bagi sepertiga anak di bawah lima tahun, baik dalam bentuk kekurangan gizi maupun kelebihan berat badan⁽³⁾. Kondisi ini diperburuk oleh perilaku makan anak prasekolah yang cenderung pilih-pilih (*picky eater*) dan lebih menyukai makanan cepat saji atau "junk food" dibandingkan sayuran. Tanpa intervensi yang tepat, kebiasaan makan yang buruk ini dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang dan menghambat potensi pertumbuhan anak secara maksimal.

Edukasi mengenai makanan sehat bagi anak prasekolah sangat penting karena minimnya pengetahuan mereka mengenai risiko jangka panjang dari makanan tidak sehat. Banyak anak di tingkat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) masih terbiasa mengonsumsi jajanan rendah gizi yang mengandung zat aditif, pemanis buatan, dan pengawet tanpa memahami dampaknya. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang efektif untuk mengubah perilaku makan anak sejak dini melalui peningkatan pengetahuan.

Keberhasilan edukasi gizi sangat bergantung pada penggunaan media pembelajaran yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak. Mengingat anak usia dini berada pada tahap berpikir konkret, mereka memerlukan alat bantu yang dapat memvisualisasikan informasi secara nyata. Tanpa media yang tepat, proses komunikasi

dalam pembelajaran tidak akan berjalan optimal, sehingga pesan mengenai pentingnya makanan sehat sulit diterima oleh anak.

Salah satu metode yang dinilai sangat efektif untuk anak usia taman kanak-kanak adalah penggunaan media realia atau benda nyata. Media realia memungkinkan anak untuk melihat, menyentuh, dan mencium objek secara langsung, sehingga mempermudah mereka memahami konsep yang abstrak menjadi konkret. Melalui pengalaman sensorik langsung dengan makanan sehat, anak-anak diharapkan dapat lebih mudah mengingat dan menginternalisasi informasi yang diberikan⁽⁴⁾.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penggunaan media realia memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak dibandingkan metode ceramah konvensional. Di beberapa sekolah, ditemukan bahwa mayoritas siswa awalnya kesulitan membedakan makanan sehat dan tidak sehat serta tidak menyukai sayuran. Namun, setelah diberikan intervensi menggunakan objek nyata, terdapat peningkatan kemampuan anak dalam mengenali jenis dan manfaat makanan sehat secara drastis.

Kondisi serupa ditemukan di TK Tunas Harapan Mandiri Medan, di mana berdasarkan survei awal, program edukasi gizi yang spesifik menggunakan media konkret belum pernah dilaksanakan. Fenomena ini menjadi tantangan karena populasi siswa yang cukup besar membutuhkan pendekatan inovatif untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang nutrisi. Ketertarikan peneliti untuk melakukan kajian di lokasi ini didasari oleh kebutuhan mendesak akan metode pembelajaran yang lebih menarik dan relevan bagi anak-anak di sana.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media realia terhadap kemampuan mengenal makanan sehat pada anak di TK Tunas Harapan Mandiri Medan. Fokus utama studi ini adalah untuk melihat perbedaan tingkat pemahaman anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pengenalan langsung terhadap berbagai jenis



makanan sehat. Hal ini penting untuk membuktikan efektivitas media realia dalam konteks pendidikan kesehatan di sekolah tersebut.

Penelitian sebelumnya mengenai penggunaan media realia untuk mengajarkan makanan sehat di TK PPK Raman Fajar, Raman Utara, terungkap bahwa sebagian besar anak lebih menyukai menu makanan seperti telur, pasta, nugget, sosis, burger, dan makanan cepat saji lainnya karena rasanya yang lezat. Tempat peneliti sebelumnya belum ada program yang secara khusus mengenalkan konsep makanan sehat dan penggunaan media pembelajaran yang kurang efektif. Penelitian ini menemukan bahwa 21 dari 36 anak (sekitar 53%) di TK tersebut kesulitan membedakan makanan sehat dari makanan yang tidak sehat. 20 anak sekitar 51% tidak tahu nama dan manfaat dari buah serta sayur. Bahkan, sebagian besar dari mereka bukan menyadari pentingnya makanan sehat untuk pertumbuhan. Hasil penelitian secara eksplisit menunjukkan bahwa ada manfaat besar, dengan nilai signifikansi (sig.) sebesar 0,00, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol ditolak, dan hipotesis alternatif diterima membuktikan bahwa penggunaan media realia efektif dalam meningkatkan kemampuan mengenal makanan sehat pada anak ⁽⁵⁾.

Temuan sebelumnya tentang Pengaruh Penyuluhan Tentang Sayur dan Buah Melalui Media Video Animasi dan Media Realia Terhadap Pengetahuan anak di SD Negeri Cakat Raya, dengan jumlah populasi dan sampel sebanyak 40 anak. Dengan pembagian 25 siswa dalam kelompok kontrol dan 25 siswa dalam kelompok eksperimen. Ditemukan bahwa 6 dari 10 siswa kelas 5 memiliki status gizi kurang, dan sebagian besar siswa tidak menyukai mengonsumsi buah dan sayur. Kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan yang melibatkan media realia lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan dan persepsi siswa tentang mengonsumsi buah dan sayur dibandingkan metode ceramah konvensional ⁽⁶⁾.

Study lain tentang Perancangan Animasi 2D Tentang Manfaat Sayur Pada

Kesehatan Pencernaan Anak di lakukan dengan metode survei lanjutan dengan kuesioner yang diberikan langsung kepada 97 siswa di beberapa Sekolah Dasar. Para responden diminta untuk menjawab pertanyaan tanpa adanya batasan waktu. Dari hasil uji coba, ditemukan bahwa 40% responden dapat memberikan jawaban yang lebih rinci, misalnya kesehatan perut dengan kelancaran buang air besar. Selain itu, mayoritas responden, yaitu 55%, menyatakan bahwa tidak mengonsumsi sayuran berdampak buruk pada perut, seperti rasa sakit dan kesulitan buang air besar ⁽⁷⁾.

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif adalah desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yang merupakan suatu eksplorasi mengenai isu-isu kesehatan dan pendidikan yang berlandaskan pada pengujian suatu teori yang melibatkan variabel-variabel, diukur secara numerik, dan dievaluasi melalui metode statistik untuk menilai kebenaran generalisasi prediktif dari teori itu ⁽⁸⁾. Desain yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest* untuk melihat pengaruh intervensi media realia terhadap kemampuan mengenal makanan sehat ^(9, 10, 11).

Penelitian ini dilakukan di TK Tunas Harapan Mandiri Medan pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 5-6 tahun yang berjumlah 107 orang berdasarkan laporan jumlah siswa tahun 2025. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 52 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang disusun berdasarkan variabel penelitian (kemampuan mengenal makanan sehat) dan lembar observasi sebagai instrumen pengumpulan data. Uji validitas dihitung menggunakan metode korelasi *Pearson Product Moment*, di mana kuesioner dianggap valid jika r-hitung lebih besar dari r-tabel, dan kuesioner dianggap tidak valid jika r-hitung lebih kecil dari r-tabel. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Cronbach's*



Alpha. Reliabilitas dianggap terpenuhi jika nilai *Cronbach's Alpha* melebihi 0,6. Uji normalitas data menggunakan Kolmogorov Smirnov dengan nilai $p = 0,000$ ($\alpha < 0,005$), maka data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis data bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat pengaruh variabel ⁽¹²⁾.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	29	54.7
Perempuan	24	45.3
Usia:		
Usia 5 Tahun	53	100
Total	53	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa total responden 53 anak. Distribusi frekuensi jenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 24 responden (45.3%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 29 responden (54.7%). Distribusi usia, semua responden berada pada kelompok usia 5 tahun, yaitu sebanyak 53 responden (100%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Mengenal Makanan Sehat Sebelum Perlakuan (Pre-test) Dan Sesudah Diberikan Perlakuan (Post-Test).

Kemampuan Mengenal Makanan Sehat	Pre-test		Post-Test	
	f	%	f	%
Sangat Rendah (1-5)	5	9.4	0	0.00
Rendah (6-10)	37	69.8	0	0.00
Sedang (11-15)	11	20.8	13	24.5
Tinggi (16-20)	0	0.00	40	75.5
Total	53	100	53	100

Tabel 2 diatas ditemukan bahwa sebelum diberikan perlakuan (Pre-test) responden memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat, anak yang memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat sangat rendah 5 anak (9.4%), anak yang memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat yang rendah 37 anak (69.8%), dan anak yang memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat sedang sebanyak 11 anak (20.8%). Pada Tabel 2 ditemukan bahwa setelah diberikan perlakuan (Post-test)

responden memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat, anak yang memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat sedang sebanyak 13 anak (24.5%) dan anak yang memiliki tingkat kemampuan mengenal makanan sehat tinggi sebanyak 40 anak (75.5%).

Tabel 3. Pengaruh Penggunaan Media Realia Pada Kemampuan Anak Mengenal Makanan Sehat

	N	Mean Rank	Sum Of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00
	Positive Ranks	52 ^b	26.50
	Ties	1 ^c	
	Total	53	
Z-Score			-6.438b
Asymp. Sign. (2-tailed)			.000

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test pada diperoleh nilai Z sebesar -6,438 dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan anak sebelum dan sesudah penggunaan media realia. Tanda negatif pada nilai Z menunjukkan bahwa skor posttest lebih tinggi dibandingkan skor pretest, yang berarti terjadi peningkatan kemampuan anak setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, penggunaan media realia berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan anak dalam mengenal makanan sehat di Tunas Harapan Mandiri Medan.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian bahwa karakteristik Responden yang mencakup jenis kelamin dan usia anak. Jenis kelamin laki-laki berjumlah 29 anak (54.7%) dan jenis kelamin perempuan 24 anak (45.3%). Usia keseluruhan responden berjumlah 5 tahun (100%). Penelitian ini sejalan dengan Penelitian sebelumnya tentang Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri dengan Media Realia Terhadap Literasi Sains Anak Usia 4-5 Tahun. Pada penelitian ini mayoritas jumlah



jenis kelamin dan usia sejalan dengan yang peneliti jalankan. Jumlah sampel sebanyak 40 anak, mayoritas responden pada penelitian ini berusia 5 tahun dan jenis kelamin laki-laki 22 anak (55%) dan jenis kelamin perempuan 18 anak (45%)⁽¹³⁾.

Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya tentang Pengaruh Media Realia terhadap Kemampuan Menggambar pada Anak Usia Dini Kelompok B. Penelitian ini melibatkan sampel sebanyak 30 anak pada Kelompok B. Mayoritas responden berada pada rentang usia 5 tahun. Komposisi responden terdiri dari 14 anak laki-laki (47%) dan 16 anak perempuan (53%)⁽¹⁴⁾.

Penelitian sebelumnya sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang Implementasi Media Realia Di Kelompok A TK Aster Kota Barat Kota Gorontalo. Penelitian ini melibatkan jumlah sampel 20 anak, berbanding terbalik dengan mayoritas perempuan, 8 laki-laki atau 40% dan 12 perempuan atau 60% dengan mayoritas usia responden 5 tahun (100%)⁽¹⁵⁾.

Temuan sebelumnya yang membahas Pengaruh Metode Eksperimen Melalui Media Realia Terhadap Kemampuan Sains Anak Usia Dini, dengan mayoritas responden yang sejalan dengan penelitian ini. Jumlah sampel sebanyak 38 anak, dengan mayoritas usia 5 Tahun. Jenis kelamin pada responden ini laki-laki 17 anak (44.7%) dan Perempuan 21 anak (55.3%)⁽¹⁶⁾.

Frekuensi Kemampuan Mengenal Makanan Sehat Pre-test dan Post-test Metode Realia

Peneliti mendapatkan hasil bahwa sebelum diberikan perlakuan (Pre-test) responden memiliki tingkat pengetahuan tentang mengenal makanan sehat, anak yang memiliki pengetahuan sangat rendah 5 anak (9.4%), anak yang memiliki pengetahuan yang rendah 37 anak (69.8%), dan anak yang memiliki pengetahuan sedang sebanyak 11 anak (20.8%). Pada saat pre-test pada responden, peneliti menemukan bahwa responden susah menjawab dan bahkan tidak mengenali makanan yang mengandung protein hewani/nabati, responden juga susah

menjawab dan mengenali makanan yang mengandung bebas dari bahan senyawa berbahaya, dan kebanyakan responden juga susah mengenali makanan yang bebas dari berbagai macam kuman/bakteri.

Peneliti menemukan bahwa setelah diberikan perlakuan (Post-test) responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang mengenal makanan sehat, anak yang memiliki pengetahuan sedang sebanyak 13 anak (24.5%) dan anak yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 40 anak (75.5%). Peneliti memperkenalkan makanan sehat secara nyata maka dari itu responden dapat melihat secara langsung, memegang dan mencium aroma media realia itu secara nyata. Saat dilakukan post-test responden mengalami peningkatan yang cukup banyak. Pada saat pre-test ada anak yang hanya mengenal 1 macam makanan yang mengandung bebas dari berbagai macam kuman/bakteri tetapi setelah dilakukan post-test anak tersebut mengalami peningkatan pengetahuan menjadi mengenal 4 macam makanan bebas dari berbagai macam kuman/bakteri.

Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya tentang pengetahuan anak SD menggunakan Media Realia Sayur dan Buah bahwa rata-rata pretest 5,9 dan rata-rata posttest 7,2 dimana ada peningkatan rata-rata pada posttest sekitar 1,3⁽⁶⁾. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya membahas tentang Pengaruh Media Realia dengan metode Hasil Belajar Ips. Pengambilan data menggunakan metode Pre-test dan Post-test. Rata-rata skor pretest kelas eksperimen berada pada angka 53,33 dan Rata-rata skor posttest meningkat secara signifikan menjadi 84,66. Terdapat kenaikan skor rata-rata sebesar 31,33 poin⁽¹⁷⁾.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya membahas tentang Penerapan Media Realia Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran IPA Kelas IV SD Inpres Batulapisi, Pada penelitian ini sama-sama menggunakan metode realia yang membahas memvisualisasikan materi IPA. Rata-rata skor Pre-test siswa adalah 48,25 dan rata-rata skor Post-test 78,50. Terjadi peningkatan skor sebesar 30,25 poin⁽¹⁸⁾.



Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang membahas tentang Analisis Penggunaan Media Realia Melalui Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. Rata-rata skor Pre-test 58,15 dan Rata-rata Skor Posttest 82,59. Terjadi peningkatan sebesar 24,44 poin⁽¹⁹⁾.

Studi ini sejalan dengan Penelitian sebelumnya tentang Efektivitas Penggunaan Media Realia Dalam Meningkatkan Pemahaman Anak Pada Bentuk Geometri Di Uptd Spf Paud Negeri 1 Gunung Meriah Aceh Singkil. Nilai Rata-rata *Pretest*: Rata-rata nilai sebelum perlakuan adalah 55,75 (kategori Cukup). Nilai Rata-rata *Posttest*: Rata-rata nilai setelah perlakuan meningkat signifikan menjadi 85,63 (kategori Sangat Baik). Terjadi peningkatan sebesar 29,88⁽²⁰⁾.

Pengaruh Penggunaan Media Realia Terhadap Kemampuan Mengenal Makanan Sehat

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pengaruh Penggunaan Media Realia Terhadap Kemampuan Mengenal Makanan Sehat di TK Tunas Harapan Mandiri Medan di peroleh mengalami gambaran mengenai kedua kategori yaitu, Terdapat pengaruh Kemampuan anak mengenal makanan sehat baik setelah di lakukan perlakuan pengenalan makanan sehat secara nyata dan Tidak terdapat pengaruh Kemampuan anak mengenal makanan sehat baik setelah di lakukan perlakuan pengenalan makanan sehat secara nyata. Hasil dari penelitian ini menyatakan terdapat Pengaruh Pada Penggunaan Media Realia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya menggunakan Implementasi media pembelajaran realia di kelas VI-A Mima 35 Nurul Ulum. Uji-t yang menghasilkan nilai Sig. 0,00 < 0,05, yang menegaskan adanya perbedaan motivasi belajar yang sangat nyata antara sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan benda nyata sebagai media pembelajaran tidak hanya memperjelas konsep IPA yang abstrak, tetapi juga secara efektif menstimulasi antusiasme siswa

sehingga menciptakan suasana belajar yang lebih dinamis dan bermakna⁽²¹⁾.

Penelitian terdahulu tentang Pengaruh Penggunaan Media Realia Tata Surya Terhadap Hasil Belajar IPA di SMP Negeri 06 Kota Bengkulu. (N-Gain 0,52) Berdasarkan uji-t, ditemukan nilai Sig. 0,00 < 0,05, yang berarti terdapat perbedaan motivasi belajar yang sangat nyata antara sebelum dan sesudah penggunaan media realia⁽²²⁾. Penelitian terdahulu tentang penerapan Media Realia untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Siswa Sekolah Dasar. Berdasarkan uji-t, ditemukan nilai Sig. 0,00 < 0,05, yang berarti terdapat perbedaan motivasi belajar yang sangat nyata antara sebelum dan sesudah penggunaan media realia⁽²³⁾.

Hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa penggunaan media realia berpengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan hasil belajar IPA siswa kelas IV di SD Inpres 18 Kabupaten Sorong. nilai *N-Gain* sebesar 0,52 yang berkategori cukup efektif. Temuan ini diperkuat oleh hasil uji-t yang menghasilkan nilai Sig. 0,00 < 0,05, yang menegaskan adanya perbedaan motivasi belajar yang sangat nyata antara sebelum dan sesudah intervensi⁽²⁴⁾.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan metode media realia berbentuk Tusuk Sate. Berbasis media realia terbukti secara signifikan meningkatkan pemahaman konsep matematika siswa. Berdasarkan hasil uji-t terhadap data penelitian di SDN Kertajaya IV/210 Surabaya, ditemukan nilai Sig. 0,00 < 0,05, yang berarti terdapat perbedaan pemahaman konsep matematika yang sangat nyata antara sebelum dan sesudah penggunaan media realia^(25 - 31).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti akan memaparkan kesimpulan yang di dasarkan hasil penelitian, secara umum peneliti menyimpulkan bahwa Pengaruh Penggunaan Media Realia Terhadap Kemampuan Mengenal Makanan Sehat Pada Anak TK Tunas Harapan Mandiri Medan dengan Responden 53 anak dengan karakteristik jenis kelamin dan usia responden



yaitu, responden anak yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 29 responden (54,7%) dan responden anak yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 24 responden (45,3%). Semua Responden berusia 5 tahun (100%). Kemampuan anak mengenal makanan sehat rendah sebelum di lakukan perlakuan pengenalan makanan sehat secara nyata. Terdapat pengaruh Kemampuan anak mengenal makanan sehat baik setelah di lakukan perlakuan pengenalan makanan sehat secara nyata. Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan Penggunaan Media Realia Terhadap Kemampuan Mengenal Makanan Sehat Pada Anak TK Tunas Harapan Mandiri Medan.

SARAN

Direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel peran orang tua dan sikap anak terhadap makanan sehat untuk memperkaya hasil penelitian.

REFERENSI

1. Perdana RG, Tambunan DM. Pengaruh terapi bermain Jenga terhadap tingkat kecemasan pada anak prasekolah (4-6 tahun) akibat hospitalisasi di Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug. *Indones Trust Nurs J*. 2024;2(1):87-92.
2. Kumalasari DN, Devi NLPS, Rasmita D, Hatala TN, Widiyastuti NR, Torano FM, et al. *Keperawatan Anak: Panduan Praktis untuk Perawat dan Orang Tua*. Jakarta: PT Sonpedia Publishing Indonesia; 2023.
3. United Nations Children's Fund (UNICEF). *The State of the World's Children 2019: Children, Food and Nutrition: Growing Well in a Changing World*. New York: United Nations Children's Fund; 2019.
4. Setianingsih T, Nafisah BZ, Rizka MA, Ariani S, Permadi Utama IM, Qomariyah SS, et al. Pelatihan teknik pengajaran vocabulary berbasis media realia bagi guru TK Bakti Sesela Kabupaten Lombok Barat. *J Pengabdian UNDIKMA*. 2021;2(1):64. doi:10.33394/jpu.v2i1.347
5. Setiawati D. Pengaruh penggunaan media realia terhadap kemampuan mengenal makanan sehat pada anak di Kelompok B [skripsi]. *Bandar Lampung: Universitas Lampung*; 2023.
6. Wahyuni PE, Nurhartanto A, Adyas A. Pengaruh penyuluhan tentang sayur dan buah melalui media video animasi dan media realia terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa di SD Negeri Cakat Raya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2024. *JETISH*. 2025;4(1):408-14.
7. Pebriyanto. Perancangan animasi 2D tentang manfaat sayur pada kesehatan pencernaan untuk anak usia 6-7 tahun. *Rekam J Fotografi Televisi Animasi*. 2024;20(2):193-206.
8. Syahroni MHA, Astuti N, Indrawati V, Ismawati R. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan. *J Tata Boga*. 2021;10(1):12-22.
9. Simanullang RH, Tambunan DM. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Ed ke-1. Yogyakarta: Deepublish; 2023.
10. Basiroen VJ, Judijanto L, Monalisa M, Apriyanto A, Simanullang RH, Sa'dianoor SD, Tambunan DM. *Pengantar Penelitian Mixed Methods*. Jakarta: PT Sonpedia Publishing Indonesia; 2025.
11. Judijanto L, Wibowo GA, Hakpantria H, Nuryanneti I, Apriyanto A, Firdaus A, et al. *Karya Tulis Ilmiah: Panduan Praktis Menyusun Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta: PT Sonpedia Publishing Indonesia; 2024.
12. Puspitasari CE, Apriyanto A, Putra IKAD, Christine C, Andala S, Simanullang RH, et al. *Buku Ajar Biostatistik*. Jakarta: PT Sonpedia Publishing Indonesia; 2025.
13. Febriani N, Adhe KR, Widayanti M, Maulidiyah EC. Pengaruh model pembelajaran inkuiri dengan media realia terhadap literasi sains anak usia 4-5 tahun. *J Islam Educ Early Child*. 2023;5(2):112-24.
14. Arifin IN, Abdul IB, Juniarti Y. Pengaruh media realia terhadap kemampuan menggambar pada anak usia dini kelompok B. *J Obsesi*. 2023;7(5):6472-82.



15. Pakelo DA, Ardini PP, Laiya SW. Implementasi media realia di Kelompok A TK Aster Kota Barat Kota Gorontalo. *J Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini*. 2025;5(1):29-42.
16. Azizah E, Primashanti D, Widyaningsih. Pengaruh metode eksperimen melalui media realia terhadap kemampuan sains anak usia dini. *J Ilm Pendidik Citra Bakti*. 2021;8(1):82-91.
17. Huwaida AN, Magdalena I, Huilatunisa Y. Pengaruh media realia terhadap hasil belajar IPAS. *Didaktik*. 2023;9(4):32-42.
18. Amalia F, Nurlina, Nur AM. Penerapan media realia terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran IPA kelas IV SD Inpres Batulapisi Kecamatan Tinggimoncong Kabupaten Gowa. *Compass J Educ Couns*. 2023;1(1):103-9.
19. Handayani ES, Subakti H. Analisis penggunaan media realia melalui pembelajaran online di sekolah dasar. *J Basicedu*. 2021;5(2):772-83.
20. Masthura I. Efektivitas penggunaan media realia dalam meningkatkan pemahaman anak pada bentuk geometri di UPTD SPF PAUD Negeri 1 Gunung Meriah Aceh Singkil [skripsi]. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh; 2024.
21. Al-Aluf W. Implementasi media pembelajaran realia dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas VI-A MIMA 35 Nurul Ulum Ambulu Jember [Internet]. Jember; 2021. Available from: <http://digilib.uinkhas.ac.id/id/eprint/6739>
22. Kurniansyah A, Adisel, Sari M. Pengaruh penggunaan media realia tata surya terhadap hasil belajar IPA di SMP Negeri 06 Kota Bengkulu. *J Penelit Pendidik Pengajaran*. 2024;5(2):118-26. doi:10.30596.
23. Susilowati A, Sayekti IC, Eryani R. Penerapan media realia untuk meningkatkan motivasi belajar siswa pada siswa sekolah dasar. *J Basicedu*. 2021;5(4):2090-6.
24. Yaam YM. Pengaruh media realia terhadap hasil belajar IPA kelas 4 SD Inpres 18 Kabupaten Sorong [skripsi]. Sorong: Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong; 2024.
25. Mukarromah I, Nadhiroh E, Nichla S, Attalina C. Upaya meningkatkan pemahaman konsep pembagian dengan metode tusuk sate berbasis media realia plastisin pada siswa kelas 3 SD. *J Pendidik Berkarakter*. 2025;3(4):71-98.
26. Fitria A, Tambunan DM. Faktor-faktor yang berhubungan dengan temper tantrum pada anak usia 5-6 tahun di RA/TK Madinatussalam Dusun XIII Sei Rotan Percut Sei Tuan. *Indones Trust Nurs J*. 2024;2(2):88-103.
27. Gulo N, Hasibuan MTD, Tambunan DM. Hubungan peran orang tua dengan kemandirian personal hygiene pada anak pra sekolah di RA Nurulhasanah Percut Sei Tuan. *Indones Trust Nurs J*. 2025;3(3):25-34.
28. Jatmiko C, Tambunan DM. The effect of Manakara spalk application on reducing anxiety in preschool children at Murni Teguh Horas Insani Hospital in Pematang Siantar. *Int J Multidiscip Munandar Membangun Indones*. 2024;1(1).
29. Ndraha N, Tambunan DM. Hubungan komunikasi orang tua dengan temper tantrum pada anak usia 3-6 tahun di PAUD Yabes Medan Deli. *Indones Trust Nurs J*. 2024;2(2):46-54.
30. Purba ER, Tambunan DM. Efektivitas penerapan atraumatic care dengan medical play dan bermain Jenga terhadap penurunan kecemasan anak usia 3-6 tahun selama hospitalisasi di Rumah Sakit Horas Insani Pematang Siantar. *J Sains Student Res*. 2025;3(6):155-65.
31. Wulandari P, Tambunan DM. Hubungan pola asuh orang tua dengan kejadian temper tantrum pada anak pra sekolah di PAUD Serba Ceria Serdang Bedagai. *Indones Trust Nurs J*. 2024;2(1):8-15.

