

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PENGGUNAAN MULTIVITAMIN (Studi Kasus Anggota Polres Kabupaten Sintang)

Atikah Rofiyanti¹, Adhistry Kharisma Justicia², Dani Suryaningrat³
atikahrofiyanti6@gmail.com¹, adhistry.kharisma@gmail.com², danisuryaningrat@gmail.com³
Akademi Farmasi Yarsi Pontianak

ABSTRAK

Daya tahan tubuh atau imunitas seseorang dapat dijaga dan ditingkatkan dengan selalu menjaga kebersihan, menerima asupan nutrisi yang baik, serta mengonsumsi suplemen kesehatan contohnya seperti mengonsumsi vitamin. Vitamin memberikan energi tambahan untuk menjalankan tugas dengan optimal, jadwal kerja yang tidak teratur dapat mengganggu pola tidur dan makan, vitamin membantu menjaga energi agar tetap stabil. Pemberian edukasi penggunaan multivitamin sangatlah diperlukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian edukasi terhadap tingkat pengetahuan penggunaan multivitamin. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif komparatif. Pemberian kuesioner menggunakan google form dengan bantuan penyampaian informasi melalui Media Video Pembelajaran. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Paired Sample T-Test. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Pemahaman responden sebelum diberi edukasi hanya sebesar 51,2% pada kategori baik dan setelah diberikan edukasi meningkat sebesar 48,8 % dengan persentase akhir 100% responden masuk kedalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa Media Video Pembelajaran efektif dalam meningkatkan pengetahuan Anggota Polres Sintang terkait penggunaan vitamin. Pengujian hipotesis menggunakan Uji T menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) yang diperoleh sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Dimana hipotesis pada penelitian ini adalah Media Video Pembelajaran memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan Anggota Polres Sintang tentang penggunaan Multivitamin yang baik.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Multivitamin, Edukasi, Polres Kabupaten Sintang.

ABSTRACT

The body's endurance or immunity can be maintained and improved by always maintaining cleanliness, receiving good nutritional intake, and consuming health supplements such as vitamins. Vitamins provide additional energy to perform tasks optimally; irregular work schedules can disrupt sleep and eating patterns, and vitamins help keep energy levels stable. The provision of education on the use of multivitamins is very necessary. This study aims to determine whether there is an effect of providing education on the level of knowledge about the use of multivitamins. This research method uses a comparative descriptive method. The distribution of the questionnaire used Google Forms with the assistance of information delivery through Learning Video Media. Data analysis in this study used the Paired Sample T-Test. The conclusion of this study is that the respondents' understanding before being educated was only 51.2% in the good category, and after being educated, it increased by 48.8%, with the final percentage of all respondents being 100% in the good category. This shows that the Learning Video Media is effective in increasing the knowledge of Sintang Police Department members regarding the use of vitamins. Hypothesis testing using the T-Test showed a Sig. (2-tailed) value of $0.000 < 0.05$, which concludes that the hypothesis is accepted. Where the hypothesis in this study is that Learning Video Media has an influence on the level of knowledge of Sintang Police Members about the proper use of Multivitamins.

Keywords: Level Of Knowledge, Multivitamin, Education, Sintang Resor Police.

PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat terdiri dari dua istilah utama, yaitu "sehat" dan "masyarakat". "Sehat" merujuk pada kondisi yang sejahtera secara fisik, mental, dan sosial, yang

memungkinkan individu untuk menjalani aktivitas produktif baik dalam aspek sosial maupun ekonomi. Sementara itu, "masyarakat" mengacu pada kelompok orang yang saling berinteraksi atau berkomunitas (Muslimin et al., 2023). Upaya peningkatan kesehatan masyarakat dengan menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh perorangan, merupakan salah satu cara pencegahan penyakit dan penyebarannya. Daya tahan tubuh atau imunitas seseorang dapat dijaga dan ditingkatkan dengan selalu menjaga kebersihan, menerima asupan nutrisi yang baik, serta mengonsumsi suplemen kesehatan (BPOM RI, 2020).

Sistem imun tubuh secara umum terbagi menjadi dua jenis, yaitu sistem imun bawaan dan sistem imun adaptif, sistem imun bawaan berfungsi sebagai garis pertahanan pertama terhadap berbagai infeksi yang disebabkan oleh organisme atau zat asing (antigen) yang masuk melalui saluran pernapasan atau alveoli. (Ardiningtyas & Arista, 2023).

Sistem pertahanan tubuh dapat diperkuat dengan mengonsumsi berbagai jenis makanan, sayuran, dan buah-buahan. Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber utama vitamin yang larut dalam lemak, sehingga mencukupi kebutuhan vitamin tersebut dengan dosis yang tepat dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh (Agung, 2020). Secara umum, sistem imun tubuh dapat diperkuat dengan nutrisi yang mendukung. Bagi tubuh yang kesulitan memenuhi kebutuhan nutrisi harian, mengonsumsi multivitamin dapat menjadi alternatif untuk mencapainya (Amalia L et al., 2020). Berdasarkan data Riskesdas 2018, sekitar 95,5% masyarakat Indonesia mengonsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi per hari.

Tindakan terbaik yang dapat diambil adalah tindakan pencegahan atau preventif untuk menjaga dan meningkatkan sistem imun tubuh. Beberapa cara yang dapat dilakukan antara lain dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rutin berolahraga, mengelola stres, menerapkan pola hidup sehat, serta mengonsumsi suplemen kesehatan seperti vitamin (Shakoor, et al., 2021). Vitamin adalah zat yang tidak dapat diproduksi oleh tubuh dan berfungsi sebagai katalisator organik, mengatur proses metabolisme, serta mendukung fungsi normal tubuh (Achadi et al., 2016). Vitamin dibagi menjadi dua kelompok, yaitu vitamin larut lemak dan vitamin larut air (Winarsih, 2019). Vitamin larut lemak memerlukan lemak untuk proses penyerapan, dan jika dikonsumsi dalam jumlah berlebihan, kelebihannya akan disimpan di hati atau jaringan adiposa (Achadi, et al., 2016). Vitamin larut lemak (A, D, E, K) yang memiliki kandungan antioksidan dan mampu menangkal radikal bebas dapat berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Sementara itu, vitamin larut air, seperti vitamin B kompleks dan vitamin C, tidak dapat disimpan dalam tubuh, sehingga perlu dikonsumsi setiap hari untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Atma, 2018).

Berdasarkan laporan Food Standards Agency (FDA), di Amerika Serikat diketahui penggunaan multivitamin pada perempuan 40% dan pada laki-laki 30%. Survei telah dilakukan di Jakarta, Surabaya dan Bandung oleh Pusat Penelitian dan Pengembangan Farmasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia terkait multivitamin. Didapatkan hasil survei bahwa penggunaan multivitamin 78,1 persen pada perempuan. Sebanyak 59,4 persen multivitamin digunakan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan stamina, sebagian multivitamin hanya digunakan untuk mengatasi kegemukan, mencegah penuaan, serta untuk menghaluskan kulit yang kasar (Wicksono & Septiyana, 2019).

Penggunaan multivitamin membutuhkan pengetahuan sesuatu yang berkaitan dengan hal yang dapat memberikan informasi. Dampak dari kekurangan konsumsi multivitamin salah satunya dapat menyebabkan gejala defisiensi seperti hypovitaminosis tanpa menunjukkan gejala dan gejala klinik disebut avitaminosis. Pengetahuan dalam pemberian multivitamin berlebih sangat rendah, untuk mencegah terjadi efek samping yang tidak diinginkan saat penggunaan multivitamin berlebih perlu adanya pemantauan (Lany, 2013).

Dikarenakan masih banyak kesalahan dalam penggunaan multivitamin, pada akhirnya memberikan efek samping bagi penggunaanya (I Nengah B. S, 2020). Berdasarkan kebutuhan multivitamin sebagai penunjang kesehatan perlu adanya edukasi terkait penggunaan multivitamin di Polres Sintang untuk mencegah penyalahgunaan vitamin. Meskipun vitamin penting untuk kesehatan, mengonsumsi vitamin dalam jumlah yang jauh melebihi kebutuhan tubuh juga bisa menimbulkan masalah kesehatan yang serius.

Pemberian vitamin kepada anggota kepolisian karena pekerjaan polisi seringkali menuntut fisik yang prima. Vitamin memberikan energi tambahan untuk menjalankan tugas dengan optimal, jadwal kerja yang tidak teratur dapat mengganggu pola tidur dan makan, vitamin membantu menjaga energi agar tetap stabil. Vitamin yang diberikan ini dalam upaya meningkatkan daya tahan mencegah penyakit, vitamin membantu memperkuat sistem imun tubuh sehingga anggota polisi lebih tahan terhadap berbagai penyakit terutama infeksi. Selain mencegah penyakit, vitamin mempercepat pemulihan jika anggota polisi jatuh sakit, asupan vitamin yang cukup dapat membantu mempercepat proses pemulihan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai gambaran pengaruh tingkat pengetahuan penggunaan multivitamin, terutama pada anggota Polres Kabupaten Sintang yang digunakan sebagai sampel pada penelitian ini, dengan alasan karena anggota Polres Kabupaten Sintang lebih sering berinteraksi dengan masyarakat biasanya membutuhkan vitamin untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Dengan daya tahan tubuh yang kuat, energi yang memadai, dan konsentrasi yang baik, polisi dapat memberikan pelayanan yang lebih baik untuk masyarakat.

METODOLOGI

Penelitian ini adalah dengan menggunakan metode deskriptif komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian komparatif merupakan penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda. Tujuan metode penelitian ini untuk melihat perbedaan dua atau lebih situasi, peristiwa, kegiatan, atau program (Sunarsi, 2017). Penelitian komparatif adalah sejenis penelitian deskriptif yang ingin mencari jawaban secara mendasar tentang sebab - akibat, dengan menganalisis faktor- faktor penyebab terjadinya ataupun munculnya suatu fenomena tertentu (Nazir, 2005). Jenis penelitian yang dimaksud yaitu suatu pendekatan yang dilakukan dengan tujuan untuk melihat pengaruh pemberian edukasi terhadap tingkat pengetahuan penggunaan multivitamin (Studi Kasus Anggota Polres Kabupaten Sintang).

Metode Penelitian kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme, sebagai metode ilmiah atau scientific karena telah memenuhi kaidah ilmiah secara konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional, serta sistematis (Sugiyono, 2019). Metode kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan yang akan digunakan untuk meneliti pada populasi serta sampel tertentu, pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian, serta analisis data yang bersifat kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Responden

Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner melalui google form kepada 84 orang Anggota Polres Kabupaten Sintang. Adapun data yang didapat ditabulasi berdasarkan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
20-23 tahun	14	16,7%

24-27 tahun	27	32,1%
28-31 tahun	17	20,2%
32-35 tahun	10	11,9%
36-39 tahun	6	7,1%
40-43 tahun	5	6,0%
44-47 tahun	3	3,6%
48-50 tahun	2	2,4%
Total	84	100%

Sumber : Data Olahan, 2025

Berdasarkan data dari tabel 1 diatas, diketahui bahwa responden Sebagian besar berusia antara 24-27 tahun yaitu sebanyak 27 orang dengan persentase sebesar 32,1 %. Menurut Depkes RI (2013) rentang umur antara 20-35 merupakan usia produktif dimana seseorang memiliki daya pikir yang baik sehingga mampu memahami informasi yang diperoleh dan dapat menerapkan kesehatan dengan baik melalui peningkatan imunitas dengan mengkonsumsi vitamin secara teratur.

Tabel 2. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki - Laki	43	51,2%
Perempuan	41	48,8%
Total	84	100%

Sumber : Data Olahan, 2025

Berdasarkan data dari tabel 2 diatas, diketahui bahwa responden sebagian besar berjenis kelamin laki - laki yaitu sebanyak 43 orang dengan persentase sebesar 51,2 %. Dominan nya jenis kelamin laki-laki dapat disebabkan dari beberapa faktor seperti faktor akses, dimana tempat pengambilan data di Polres Sintang yang lebih dominan berjenis kelamin laki-laki. Berdasarkan data yang didapat dari Diskominfo Kalimantan Barat tahun 2017 menunjukan jumlah persentase polisi dengan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 9.234 orang dengan persentase 93,72 % sedangkan Perempuan sebanyak 619 orang dengan persentase 6,28%.

Tabel 3. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Status Pernikahan		
Menikah	43	51,2%
Belum Menikah	41	48,8%
Total	84	100%

Sumber : Data Olahan, 2025

Berdasarkan data dari tabel 3 diatas, diketahui bahwa responden sebagian besar memiliki status sudah menikah yaitu sebanyak 43 orang dengan persentase sebesar 51,2 %. Orang yang sudah menikah cenderung memiliki kesehatan yang lebih baik, memiliki tingkat penyakit jangka panjang yang lebih rendah, kurang tertekan dan hidup lebih lama daripada rekan-rekan mereka yang belum menikah (Hemstrong,1996)

Tabel 4. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Pendidikan		
SMA/SMK	21	25%
D3	8	9,5%
D4	6	7,1%
S1	43	51,2%
S2	6	7,1%
Total	84	100%

Sumber : Data Olahan, 2025

Berdasarkan data dari tabel 4 diatas, diketahui bahwa responden sebagian besar lulusan S1 yaitu sebanyak 43 orang dengan persentase sebesar 51,2 %. Menurut Notoatmodjo (2015), pendidikan seseorang akan mempengaruhi perilaku. Hal ini karena pendidikan yang didapat akan menghasilkan pengetahuan sehingga berpengaruh terhadap perilaku, seperti pada cara penggunaan vitamin yang baik dengan dosis yang tepat sehingga menghasilkan imunitas yang kuat.

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner

Uji validitas kuesioner pada penelitian ini dilakukan dengan korelasi pearson product moment yakni mengkorelasikan skor tiap butir (item) pertanyaan dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir pertanyaan (Notoadmojo, 2010). Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada 84 responden Anggota Polres Kabupaten Sintang, Kuesioner disebarikan secara online menggunakan google form kepada para responden. Sebelum disebarikan, kuesioner perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas sehingga didapat hasil sebagai berikut.

Tabel 5. Uji Validitas Pertanyaan Tingkat Pengetahuan

Variabel	No Soal	r hitung	r tabel 5% (30)	Keterangan
Pengetahuan	1	0,591	0,361	valid
	2	0,580	0,361	valid
	3	0,613	0,361	valid
	4	0,531	0,361	valid
	5	0,638	0,361	valid
	6	0,390	0,361	valid
	7	0,725	0,361	valid
	8	0,504	0,361	valid
	9	0,524	0,361	valid
	10	0,666	0,361	valid
	11	0,405	0,361	valid
	12	0,654	0,361	valid
	13	0,396	0,361	valid
	14	0,723	0,361	valid
	15	0,568	0,361	valid
	16	0,573	0,361	valid
	17	0,590	0,361	valid
	18	0,396	0,361	valid
	19	0,502	0,361	valid
	20	0,569	0,361	valid
	21	0,670	0,361	valid
	22	0,389	0,361	valid
	23	0,624	0,361	valid

Sumber : Data Olahan, 2025

Uji validitas dinyatakan valid jika $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$, sebaliknya jika $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ maka tidak valid (Hartanto, S.,2020). Dari tabel 6 diatas menunjukan bahwa setiap item pernyataan memiliki $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$ atau dengan nilai signifikansi $< 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa 23 pernyataan tersebut dinyatakan valid dan bisa digunakan sebagai bahan penelitian.

Tabel 6. Uji Reliabilitas Pertanyaan Tingkat Pengetahuan

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,896	23

Sumber: Data Olahan, 2025

Pada uji reliabilitas, Jika nilai Cronbach Alpha > 0.6, maka instrument penelitian reliabel. Jika nilai Cronbach Alpha <0.6, maka instrumen penelitian tidak reliabel (Ghozali, 2011). Hasil uji reliabilitas pada tabel 7 diatas menunjukkan bahwa nilai Cronbach Alpha > 0.6 maka dapat dikatakan bahwa instrumen penelitian reliabel.

Analisis Univariat

Analisis univariate adalah analisa yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian, pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel tanpa membuat kesimpulan yang berlaku secara umum (generalisasi) (Ghozali, 2011).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Pertanyaan Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan	N	Persentase (%)
Pretest		
Baik	43	51,2%
Cukup	37	44%
Kurang	4	4,8%
Total	84	100%
Post-test		
Baik	84	100%
Cukup	0	0%
Kurang	0	0%
Total	84	100%

Sumber: Data Olahan, 2025

Pada tabel 7 diatas, hasil menunjukkan bahwa responden telah merespon dengan baik dalam memahami pentingnya mengetahui pemakaian vitamin sesuai anjuran. Perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dapat dilihat pada tabel yang tertera bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 48,8%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nizar dkk (2024), bahwa terdapat peningkatan nilai post test setelah diberikan edukasi kesehatan tentang PHBS. Hal ini ditegaskan juga oleh penelitian dari Ayu dkk (2024), bahwa terdapat peningkatan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang deteksi kanker payudara yang pada awalnya hanya 36 orang pada kategori baik menjadi 50 orang yang mendapatkan skor pada kategori baik sehingga meningkat sebesar 28%.

Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mencari korelasi atau pengaruh antara 2 variabel atau lebih yang diteliti (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 8. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		84
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.52855182
Most Extreme Differences	Absolute	.133
	Positive	.112
	Negative	-.133
Kolmogorov-Smirnov Z		1.216
Asymp. Sig. (2-tailed)		.104
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Sumber: Data Olahan, 2025

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal. Seperti diketahui bahwa uji t mengasumsikan bahwa nilai residual mengikuti distribusi normal. Ada dua cara untuk mendeteksi apakah residual berdistribusi normal atau tidak yaitu dengan analisis grafik dan uji statistik. Untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak dilakukan uji statistik Kolmogorov Smirnov Test. Residual berdistribusi normal jika memiliki nilai signifikansi $> 0,05$ (Imam Ghazali, 2011: 160- 165).

Berdasarkan kriteria tersebut, nilai signifikansi dari hasil uji normalitas adalah 0,104 sehingga lebih besar dari nilai signifikansi ($>0,05$), yang berarti data penelitian yang digunakan berdistribusi normal. Setelah mengetahui data yang didapat terdistribusi normal, maka uji hipotesis akan dilanjutkan menggunakan uji Paired Sample T-Test karena tes parametrik ini lebih tepat digunakan dalam mengetahui perbedaan nilai Pre-test dan Post-test (Nursalam, 2016). Hasil uji Paired Sample T-Test dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 9. Uji Paired Sample T-Test

Paired Differences								
				95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest - Post_Test	-5.738	2.537	.277	-6.289	-5.188	-20.729	.000

Sumber : Data Olahan, 2025

Teknik pengujian yang digunakan adalah uji Paired Sample T-Test dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan SPSS maka diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima artinya terdapat pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan tentang penggunaan multivitamin. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Arza, dkk (2021) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Edukasi vitamin sangat penting dilakukan karena dapat membantu masyarakat memahami peran vitamin dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Edukasi ini juga membantu masyarakat dalam memilih sumber makanan yang kaya vitamin dan mengkonsumsinya dengan benar. Pendidikan Kesehatan merupakan suatu upaya untuk mengubah, menumbuhkan, atau mengembangkan perilaku positif. Pendidikan Kesehatan sebagai komponen promosi kesehatan berusaha membantu orang-orang mengontrol kehidupan mereka sendiri dengan mempengaruhi pendidikan kesehatan dilandasi oleh motivasi, dengan mengubah tiga faktor penentu perilaku yaitu sikap, pengaruh sosial dan kemampuan lewat komunikasi (Maulana, 2009).

Pembelajaran menggunakan media elektronik yang bersifat audio visual memberikan hasil pemaparan informasi yang ditangkap jauh lebih baik daripada pemaparan yang didapatkan hanya melalui media cetak (visual). Hal tersebut dikarenakan jumlah indera yang digunakan dalam menangkap informasi lebih banyak digunakan pada media elektronik dibandingkan media cetak (Notoatmodjo 2007 dalam Sariana, 2018).

Keberhasilan proses pembelajaran yang didukung oleh media audio visual sejalan dengan pandangan Sudjana (2004), yang menegaskan bahwa kondisi pembelajaran yang menarik dan interaktif dapat meningkatkan pengetahuan dengan baik. Selain itu, pentingnya penggunaan media pembelajaran dalam proses pembelajaran tercermin dari penelitian

Rahayu & Luswati (2022) yang menyatakan bahwa media pembelajaran dapat secara signifikan meningkatkan minat belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah didapatkan, Tingkat Pengetahuan Anggota Polres Sintang mengalami peningkatan yang cukup pesat. Dilihat dari pengujian univariat yang menunjukkan persentase awal sebelum diberikan edukasi hanya sebesar 51,2% yang masuk pada kategori baik dan setelah para responden diberikan edukasi, persentase pengetahuan meningkat sebesar 48,8% sehingga 100% responden keseluruhan masuk kedalam kategori baik. hal ini dapat diartikan bahwa Media Video Pembelajaran efektif digunakan dalam meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengujian hipotesis juga dilakukan dengan menggunakan uji T yang menunjukkan nilai Asymp.sig (2-tailed) pada variabel pengetahuan sebesar $0,000 < 0,05$ dan dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima. Adapun hipotesis penelitian ini yaitu Media Edukasi Video Pembelajaran memiliki pengaruh terhadap pengetahuan Anggota Polres Sintang terkait penggunaan vitamin yang baik.

Saran

1. Untuk kedepannya perlu menjadi perhatian terkait tingkat pendidikan, penghasilan, dan kondisi ekonomi yang secara keseluruhan dapat berkontribusi pada peningkatan tingkat pengetahuan seseorang. Dari segi pendidikan yang lebih tinggi cenderung memberikan akses lebih banyak informasi dan pengetahuan yang lebih luas serta peluang pekerjaan yang lebih banyak. Sedangkan dari segi penghasilan memungkinkan seseorang untuk mengakses sumber daya yang mendukung seperti membeli buku, kursus dan seminar. Dan dari segi ekonomi yang stabil menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk belajar dan mendapatkan informasi. kondisi ekonomi yang sulit, penghasilan yang rendah, dan kurangnya akses terhadap pendidikan dapat menghambat peningkatan pengetahuan.
2. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat diperluas dengan menambahkan variabel karakteristik (seperti kepribadian, gaya kepemimpinan, dan sebagainya) yang relevan dan populasi yang lebih luas untuk melihat pengaruhnya secara komprehensif.
3. Penggunaan Media Video dapat digunakan dengan baik oleh pihak polres sintang dalam melakukan penyampaian materi seperti materi pelatihan dan operasi kepolisian, serta memperhatikan kualitas dan kejelasan video. Video pembelajaran dapat digunakan untuk menjelaskan prosedur, pelatihan taktis, penanganan kasus, dan informasi penting lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Wawan dan Dewi. (2021). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia, Yogyakarta : Nuha Medika
- Abali, E, E., Cline,D, S., Frankilin, S, D & Viselli, M, S. Lippincott Illustrated Reviews: Biochemistery. Wolters Kluwer Health
- Achadi, E.L. 2016. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Depok: PT Rajagafindo Persada.
- Agung. 2020. Bijak Mengkonsumsi Suplemen di Masa Pandemic Covid-19, (online), (Bijak Mengonsumsi Suplemen di Masa Pandemi Covid-19 - Universitas Gadjah Mada)
- Agus Sugiarto dan Teguh Wahyono. (2005). Manajemen Kearsipan Modern.
- Agus Sugiarto dan Teguh Wahyono. 2005. Manajemen Kearsipan Modern. Yogyakarta: Gava Media.
- Amalia, L., Irwan, I., & Hiola, F. (2020). Analisis Gejala Klinis Dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19. Jambura Journal of Health Sciences and Research, Volume 2 Nomor 2 : 71-76.
- Ardie, H. F., & Sunarti, S. (2019). Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa kelas V di SDN 016 Samarinda Seberang. Borneo Student Research

- (BSR), Volume 1 Nomor 1 : 284–289.
- Ardiningtyas, S., A. Nor Isaeni, D., W. 2023. Kajian Metabolit Sekunder Tanaman Ginseng Korea dan Indonesia Sebagai Peningkat Imun Tubuh. *Journal Of Tropical Agriculture Science*, Volume 1 Nomor 1: 88.
- Arikunto, 2010, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arza, P.A. and Helmizar, D.F.R., 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Online Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Asupan Vitamin C Serta Zat Besi Siswa SMP. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2).
- Atma, Y. 2018. *Prinsip Analisis Komponen Pangan Makro & Mikro Nutrien*.
- Azwar, Saifudin. 1986. *Validitas dan Reliabilitas*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiman & Riyanto A.2013. *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika pp 66-69
- Ceoworld Health Care Index. 2024. (<https://ceoworld.biz/2024/04/02/countries-with-the-best-health-care-systems-2024/>, diakses 2 Januari 2025).
- Dian, Muslimin et,al . 2023. *Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Fenti, F., Widodo, A., & Jamaluddin, J. (2018). Analisis Kandungan Vitamin B Pada Ikan Sidat (*Anguilla Marmorata* (Q.) Gaimard) Fase Elver Asal Danau Poso. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, Volume 2 Nomor 2 : 49-54.
- Fitriana, A., Rosidi, A., & Pakpahan, T. R. (2014). Gambaran Asupan Vitamin Sebagai Zat Antioksidan Atlet Sepakbola di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Jawa Tengah di Salatiga. *Jurnal Gizi*, Volume 3 Nomor 1.
- Ghozali, Imam. 2009. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang : UNDIP.
- Hermawati, AP., dkk. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur Dalam Melakukan Sadari. *Jurnal CJoN*, Volume 6 Nomor 1.
- I Nengah BS, Chrysella R, Ayu SD, Fitria et al. Hubungan usia dengan pengetahuan dan perilaku penggunaan suplemen pada mahasiswa Institut Teknologi Sepuluh Nopember. *J Farm Komunitas*. 2020;7(1):1.
- In S. Sharma & T. Velpandian (Eds.), *Journal of Chemical Information and Modeling* Volume 53.
- Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar* Volume 7 Nomor 1.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta
- Kushariyadi, K. (2017). Memory Stimulation, Intervention Increase Elderly Cognitive Function. *Jurnal Ners* Volume 8 Nomor 2 : 317-329.
- Lany, A. (2013). Persepsi Orang Tua Tentang Pemberian Vitamin Pada Anak Di Taman Kanak-Kanak Aripina Surabaya. *Journal Ubaya* 2(2), 1-14. Tersedia pada:<http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/522/379>[Dias kes 16 Januari 2025]
- Louisa, M. (2017). Berbagai manfaat vitamin D. *Cermin Dunia Kedokteran*, Volume 44 Nomor 10 : 736-740.
- M. Miftah. (2013). Fungsi dan Media Pembelajaran Sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Belajar Siswa. *Jurnal Kwangsan*, Volume 1 Nomor 2.
- Mardalena I. 2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Nazir, Moh. 2005. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- NIH. (2020). *Vitamin C Fact Sheet for Health Professionals Introduction*. NIH (National Institute of Health) Office of Dietary Supplements
- Nizar, MM., dkk. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Warga Desa Metuk Tentang PHBS. *JCK*, Volume 1 Nomor 1 : 82-91
- Notoatmodjo, S 2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi. 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Permana, Y. E., Santoso, E., & Dewi, C. (2018). Implementasi Metode Dempster- Shafer untuk Diagnosa Defisiensi (Kekurangan) Vitamin pada Tubuh manusia. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer* .

- Rahayu, H. S., & Luswati, N. T. (2022). Pengaruh penggunaan media pembelajaran interaktif terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Buletin Ilmiah Pendidikan*, 1(2), 132–137.
- Salahuddin. (2016). Pengaruh Penggunaan Media Work Sheet Pada Pembelajaran Ekonomi Dalam Meningkatkan Proses dan Aktivitas Belajar Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bolo Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Mandala*, Volume 1 Nomor 1: 113-129
- Setiawan. dkk. (2014). Hubungan frekuensi senam lansia terhadap tekanan darah dan nadi pada lansia hipertensi, *Prosiding Konferensi Nasional II PPNI Jawa Tengah* :231.
- Shakoor, H. et al. (2021) ‘Immune-boosting role of vitamins D, C, E, zinc, selenium and omega-3 fatty acids: Could they help against COVID-19, *Maturitas*, Volume 143 Nomor August 2020: 1–9.
- Siswanto, Budisetyawati, Fitrah Ernawati (2014). Peran Beberapa Zat Gizi Mikro Dalam Sistem Imunitas. *Gizi Indon*, Volume 36 Nomor 1 : 57-64
- Sudjana, N. (2004). *Dasar-dasar proses belajar mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensido Offset.
- Sugiharto, & Sitingjak. (2006). *Pengujian Prosedural Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunarsi, Denok. (2017). Pengaruh Gaya Kepemimpinan dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada CV. Usaha Mandiri Jakarta. *Jurnal Ilmiah, Manajemen Sumber Daya Manusia*. Volume 1 Nomor. 2.
- Techinamuti, N. & Pratiwi, R. 2018. *Metode Analisis Kadar Vitamin C*. Farmaka.
- Tim Risesdas 2018. *Laporan Nasional Risesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Umar. 2006. *Metode Riset Bisnis*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Volume 16 Nomor 2 : 309-315
- Whalen, K. (2019). *Lippincott Illustrated Reviews: Pharmacology (Lippincott Illustrated Reviews Series) Seventh Edition*.
- Wicksono dan Septiyana R, 2019. Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa SMK Kesehatan Terhadap Penggunaan Multivitamin. *Jurnal Farmasetis* volume 8 No1:Hal 25-30
- Widodo. (2014). *Pendidikan Kesehatan dan Aplikasinya Di SD/MI*. Madrasah Yogyakarta: Deepublish.
- Yogyakarta: Gava: Media40.
- Yuniarti, Elsa, Biomed, M, Ramadahani, S. (2023). *Vitamin*. Jambi: PT Sonpedia Publishing Indonesia.