



**PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO ANIMASI**

**ARTIKEL**

**Oleh**

**FATEHAH RAHMA AGUSTIN**

**020116A013**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2020**

# PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO ANIMASI

Fatehah Rahma Agustin<sup>(1)</sup>, Sri Wahyuni<sup>(2)</sup>, Alfani Afandi<sup>(2)</sup>

<sup>(1)</sup>Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ngudi waluyo

<sup>(2)</sup>Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ngudi waluyo

Email : [fatehahrahma7@gmail.com](mailto:fatehahrahma7@gmail.com)

## ABSTRAK

Masalah Gizi merupakan masalah kesehatan utama di Indonesia, Status gizi anak Indonesia dengan status gizi kurang sebesar 17,7%, sedangkan gizi lebih di Indonesia dapat dilihat berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) umur 6-12 tahun 18,4%. Di Jawa Tengah prevalensi anak dengan status gizi kurang di Jawa Tengah sebesar 16,2%. Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang, oleh karena itu pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan gizi melalui media animasi. Tujuan peneliti adalah mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang. Penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas. 4,5, dan 6 SD Mardi Rahayu 01 sebanyak 93 siswa. Sampel sebanyak 38 siswa diambil dengan teknik sampel *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis uji statistik *t-test dependent*. Hasil Rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum pemberian media video animasi adalah 20,58 sedangkan rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sesudah pemberian media video animasi adalah 30,11. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi ( $p=0.000$ ). Media video animasi berpengaruh terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang.

**Kata kunci** : *Pengetahuan, Media Animasi, Gizi Seimbang*

# DIFFERENCES IN BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE BEFORE AND AFTER GIVING HEALTH EDUCATION WITH ANIMATION VIDEO

## ABSTRACT

Nutrition is a major health problem in Indonesia, The nutritional status of Indonesian children with malnutrition status was 17.7%, of over nutrition in Indonesia can be seen in the Body Mass Index (BMI) aged 6-12 years 18,4%. In Central Java the prevalence of children with malnutrition status in Central Java was 16.2%. Nutrition knowledge plays an important role in determining the degree of public health. Various nutrition and health problems can occur because of knowledge about balanced nutrition, because knowledge and understanding balanced nutrition can be done by providing nutrition education through animation media. The aim of the research is to know about the differences on knowledge before and after giving health education about balance nutrition through video media animation at SD mardi rahayu semarang regency. This study was a *quasi-experimental* study by designing a *pretest-posttest group*. The population of this research were class students grade 4,5 and 6 at SD Mardi Rahayu 01 as many as 93 students with *simple random sampling* technique obtained samples of 38 students. The data analysis technique used *dependent t-test* statistical test. The average score of balanced nutrition knowledge before giving animation video media is 20.58 while the average score of balanced nutrition knowledge after giving animation video media is 30.11. The results show that there is the differences on knowledge before and after giving health education about balance nutrition through video media animation at SD mardi rahayu semarang regency ( $p = 0,000$ ). Video media Animation influence knowledge about balanced nutrition.

**Keywords** : *Knowledge, Media Animation, Balanced Nutrition*

## **PENDAHULUAN**

Pembangunan kesehatan adalah bagian dari pembangunan kesehatan nasional yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Upaya promotif dalam bidang kesehatan ditekankan pada meningkatkan kemampuan masyarakat untuk dapat melakukan upaya-upaya kesehatan secara mandiri melalui pendidikan kesehatan. Jadi upaya promotif bertujuan untuk merubah perilaku masyarakat menuju pola hidup sehat. Masyarakat supaya mampu berperan aktif seperti yang diharapkan, maka diperlukan masyarakat untuk memiliki pengetahuan yang cukup dalam bidang kesehatan, memiliki sikap yang positif terhadap kesehatan serta mempunyai kemauan dan kemampuan dalam melaksanakan upaya-upaya kesehatan secara mandiri (Suiraoaka & Supariasa, 2012).

Status gizi anak Indonesia dengan berat badan kurang sebesar 17,7%, Status gizi sangat kurus sebesar 3,5%, status gizi kurus 6,7% dan 8,0% dengan status gizi gemuk. Sedangkan prevalensi anak dengan status gizi kurang di Jawa Tengah sebesar 16,2% (Riskesdas, 2018).

Menurut data profil kesehatan Jawa Tengah 2012 prevalensi anak dengan gizi kurang sebesar 4,88% (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2012). Prevalensi gizi lebih di Indonesia dapat dilihat berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) umur 6-12 tahun yang didapati pada anak laki-laki sebesar 10,7% dan pada anak perempuan sebesar 7,7% (Depkes,2016). Sedangkan di Kabupaten Semarang, pada hasil penelitian Rizki Yulaeni, dkk (2015), bahwa di SD Mardirahayu Ungaran dari 64 responden didapatkan 39 responden (60,9%) mengalami obesitas. Hasil Penelitian Dwi Purтинingsih, dkk (2017), bahwa di SD Mardi Rahayu siswa kelas IV-VI tahun ajaran 2016/2017 dari 71 siswa terdapat 22 siswa (31,0%) yang mengalami obesitas (Purтинingsih, dkk.2017)

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS) (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011).

Menurut Soekirman (2011), bahwa masih kurangnya perilaku yang merujuk tentang gizi seimbang, dan salah satu faktor penyebabnya bisa terjadi karena masih rendahnya

pengetahuan dan pemahaman tentang 10 Pesan Umum Gizi Seimbang (PUGS). Oleh karena itu, maka perlu diberikan pendidikan gizi pada anak disekolah.

Pendidikan gizi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan gizi kepada masyarakat. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses pendidikan gizi yaitu metode, materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau media yang digunakan untuk menyampaikan pesan. Pendidikan gizi tidak dapat lepas dari media karena melalui media, pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut sehingga sampai memutuskan untuk mengadopsi perilaku yang positif (Notoatmodjo, 2010).

Dalam penelitian Laily Rahmayanti dan Farida Istianah yang berjudul “ Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN Se-Gugus Sukodono Sidoarjo” bahwa terdapat pengaruh dalam penggunaan media video animasi terhadap hasil belajar siswa kelas V SDN Se-Gugus Sukodono Sidoarjo. Hal ini dikarenakan dengan menggunakan media video animasi pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan tidak membosankan sehingga dapat membuat siswa aktif dan meningkatkan hasil belajar siswa (Rahmayanti,dkk,2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh O’day pada tahun 2007 penggunaan animasi memiliki kelebihan dibandingkan dengan media lain. Salah satu kelebihanannya adalah informasi yang didapatkan dari animasi tersimpan pada memori jangka panjang. Penelitian tersebut memberikan bukti bahwa animasi dapat berpengaruh terhadap memori jangka panjang (Nuryanto, dkk,2014)

Pernyataan yang sama oleh Balazinski & Przybylo (2005) pada Journal of Manufacturing Systems dalam penelitiannya yang berjudul Teaching Manufacturing Processes Using Computer Animation, menyebutkan bahwa penggunaan media animasi dalam pembelajaran dapat mengurangi waktu proses pembelajaran serta hasil tes meningkat sebesar 15%. Ditambahkan pula oleh Aksoy (2012) dalam jurnal Scientific Research yang berjudul The Effects of Animation Technique on the 7th Grade Science and Technology Course menyatakan bahwa, metode animasi lebih efektif daripada metode pengajaran secara tradisional dalam menaikkan hasil belajar siswa. Sementara itu, Mayer & Moreno (2002) pada Edu-cational Psychology Review yang berjudul Animation as an Aid to Multimedia Learning mengemukakan bahwa animasi dapat menaikkan pemahaman siswa ketika digunakan secara konsisten sesuai teori kognitif pada pembelajaran multimedia. Pendapat tersebut memperkuat asumsi bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan media

khususnya media animasi dapat memberikan kemudahan pemahaman siswa, sehingga mampu meningkatkan pencapaian hasil belajar siswa

Menurut Healthy People 2010, Pendidikan gizi akan meningkatkan pengetahuan gizi anak dan akan membantu sikap anak yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan dan snack yang menyehatkan. Pengaruh pendidikan gizi terhadap kesehatan akan lebih efektif jika targetnya adalah langsung pada anak usia sekolah

Dalam upaya meningkatkan kesehatan, setiap individu harus memiliki pengetahuan terhadap kesehatan serta mempunyai kemauan dan kemampuan dalam melaksanakan upaya-upaya kesehatan secara mandiri. Oleh karena itu, pengetahuan gizi memegang peranan penting untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang. Pendidikan gizi seimbang yang praktis kepada anak usia sekolah dasar merupakan salah satu upaya yang tepat dalam membentuk kesadaran dini.

Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperiment* dengan desain rancangan *one group pretest-postest*. Penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Mardi Rahayu 01 Kabupaten Semarang pada tanggal 1 febuari 2020 dan 3 febuari 2020. Sampel dalam penelitian ini adalah kelas 4,5 dan 6 di SD Mardi Rahayu 01. Teknik pengambilan sampel dengan cara *simple random sampling*. Jumlah sampel 38 siswa didapatkan dari rumus :

$$n = \frac{(Z\alpha + Z\beta)^2 \pi}{(P_1 - P_2)^2}$$

Data primer pada penelitian ini diambil dengan menggunakan kuesioner yang meliputi karakteristik siswa dan pengetahuan tentang gizi seimbang. Data sekunder berupa data jumlah siswa dan profil SD Mardi Rahayu 01. Data di analisis dengan menggunakan uji statistik *t-test dependent* karena data berdistribusi normal dengan *p-value*  $> \alpha$  (0,05).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas pada Responden Siswa di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang**

Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
Kelas 4	17	44,7
Kelas 5	11	29,0
Kelas 6	10	26,3
Jumlah	38	100,0

Berdasarkan hasil pengumpulan data karakteristik responden dapat diketahui bahwa anak yang dijadikan responden di SD Mardi Rahayu 01 Kabupaten Semarang berumur 10 - 12 tahun. Anak usia 10 – 12 tahun tersebut berada di kelas 4, 5, dan 6. Dari 38 responden siswa di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang, lebih banyak yang berada di kelas 4, yaitu sejumlah 17 siswa (44,7%). Siswa kelas 5 sebanyak 11 siswa (29,0%), kelas 6 sebanyak 10 siswa (29,0%). Dimana pada usia 10- 12 tahun sudah lancar membaca dan dapat memahami setiap apa yang dibaca. Anak pada usia tersebut sudah dapat berfikir secara rasional (Crain, 2009).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Responden Siswa di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	17	44,7
Perempuan	21	55,3
Jumlah	38	100,0

Hasil pengumpulan data distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin pada responden, dapat diketahui bahwa dari 38 responden siswa di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang, lebih banyak yang berjenis kelamin perempuan yaitu sejumlah 21 siswi (55,3%), sedangkan responden jenis kelamin laki-laki sebanyak 17 siswa (44,7%).

#### 1. Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik	21	55,3
Cukup Baik	16	42,1
Baik	1	2,6
Jumlah	38	100,0

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi dilihat pada tabel 4.3, dapat diketahui

bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kurang baik tentang gizi seimbang, yaitu sejumlah 21 siswa (55,3%).

2. Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang Baik	2	5,3
Cukup Baik	14	36,8
Baik	22	57,9
Jumlah	38	100,0

Berdasarkan tabel 4.3, dapat diketahui bahwa sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang, pengetahuan siswa tentang gizi seimbang sebagian besar dalam kategori baik, yaitu sejumlah 22 siswa (57,9%).

3. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi

**Tabel 5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang**

Variabel	Perlakuan	N	Mean	SD	Sig	Mean Differences	t
Pengetahuan	Sebelum	38	20,58	5,361	0,000	-9,526	-11,176
	Sesudah	38	30,11	4,483			

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa tentang gizi seimbang sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi sebesar 20,58, kemudian meningkat menjadi 30,11 setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi.

Berdasarkan uji t dependen didapatkan nilai t hitung sebesar -11,176 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$ , maka disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi dilihat pada tabel 4.3, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kurang baik tentang gizi seimbang, yaitu sejumlah 21 siswa (55,3%).

Pengetahuan yang diuji dalam penelitian ini adalah pengetahuan mengenai pesan gizi seimbang yang divisualisasikan dalam video gizi seimbang. Pesan gizi seimbang yang disampaikan tidak hanya ditekankan pada konsumsi makanan yang beragam akan tetapi juga diimbangi dengan pola hidup bersih, aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur. Pre-test dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dasar responden mengenai pesan gizi seimbang.

Berdasarkan hasil analisis pengetahuan saat pre-test yang dilakukan pada responden, dari 40 pertanyaan tentang pedoman gizi seimbang dapat dilihat persentase siswa yang mampu menjawab dengan benar yaitu pertanyaan mengenai “manfaat dari mengkonsumsi makanan yang sehat setiap hari” sebanyak 27 siswa (71,1%). Sedangkan presentase siswa yang menjawab dengan salah yaitu pertanyaan mengenai “sumber zat gizi yang ada pada nasi” sebanyak 28 siswa (73,7%). Hal ini dikarenakan item pertanyaan tidak dijelaskan secara langsung mengenai kandungan zat gizi yang ada dalam nasi. Dalam video tersebut dijelaskan porsi nasi yang harus di konsumsi setiap harinya.

Rendahnya pengetahuan siswa pada saat pre-test sejalan dengan penelitian Woda (2009) dalam Arimurti (2012) yang menunjukkan bahwa pada saat pre-test rata-rata skor pengetahuan pada siswa kelas IV dan V di SD Mardi Yuana Depok masih berada dalam kategori rendah yaitu sebesar 31,69%. Salah satu faktor yang menyebabkan masih rendahnya pengetahuan siswa adalah kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Hal serupa dinyatakan oleh Soekirman (2011) bahwa pada tahun 2003 dan 2005 Departemen Kesehatan RI telah mengeluarkan buku Pedoman Gizi Seimbang namun kurangnya sosialisasi dan publikasi mengenai hal tersebut membuat masyarakat kurang mengenal pedoman gizi seimbang.

### 2. Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang

Berdasarkan tabel distribusi pengetahuan responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang, dapat diketahui bahwa sesudah diberikan pendidikan

kesehatan tentang gizi seimbang, pengetahuan siswa tentang gizi seimbang sebagian besar dalam kategori baik, yaitu sejumlah 22 siswa (57,9%).

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pengetahuan awal mengenai gizi seimbang tertinggi adalah pengetahuan dengan kategori kurang baik yaitu sebanyak 21 siswa (55,3%), kemudian setelah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan melalui media video animasi tentang gizi seimbang, pengetahuan dengan kategori kurang baik mengalami penurunan yaitu sebanyak 2 siswa (5,3%). Dari 38 siswa Pengetahuan sebelum di berikan materi tentang gizi seimbang melalui media video animasi dengan kategori baik sebanyak 1 siswa (2,6%), kemudian pengetahuan mengalami peningkatan setelah diberikan materi tentang gizi seimbang melalui media video animasi menjadi 22 siswa (57,9%).

Menurut penelitian Siwi, dkk (2014) media audiovisual sesuai untuk anak usia sekolah karena dapat mengembangkan imajinasi dan aktivitas belajar anak dalam suasana menyenangkan sehingga dapat merangsang minat belajar anak karena ditampilkan dalam bentuk animasi yang menarik dan mudah dipahami. Media ini cukup menyenangkan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak usia sekolah yang berumur 10 - 12 tahun berada dalam tahap operasional konkrit artinya aktivitas mental yang difokuskan pada objek – objek peristiwa nyata atau konkrit.

Sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh Salsabila, dkk (2019) mengenai manfaat penggunaan media yaitu mampu menumbuhkan motivasi belajar karena proses pembelajaran akan lebih menarik jika menggunakan media, penyampaian pesan melalui media akan lebih menarik jika menggunakan media, penyampaian pesan melalui media akan lebih dipahami sehingga tujuan pembelajaran yang diinginkan dapat dicapai dan proses belajar menjadi tidak membosankan untuk siswa. Hal tersebut menunjukkan jika media memiliki peranan penting dalam proses belajar mengajar.

### 3. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi

Berdasarkan tabel Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang , dapat diketahui bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa tentang gizi seimbang sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi sebesar 20,58, kemudian meningkat menjadi 30,11 setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi.

Berdasarkan uji t dependen didapatkan nilai t hitung sebesar -11,176 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$ , maka disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi. Hal ini dikarenakan faktor dari penggunaan media pendidikan kesehatan yaitu melalui media video animasi dimana saat proses pendidikan berlangsung menggunakan indera penglihatan dan pendengaran. Faktor lain yaitu karena media yang digunakan adalah video sehingga menarik siswa dan siswi untuk fokus melihat video serta memahami materi yang ada di dalam video tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh WHO bahwa penggunaan metode atau media pendidikan sangat menentukan keberhasilan penyampaian pendidikan kesehatan.

Dalam hal ini, media pendidikan gizi yang digunakan adalah media audiovisual yaitu media animasi yang bertemakan gizi seimbang. Animasi adalah suatu perubahan yang terjadi pada objek, dalam jarak dan waktu yang tertentu. Perubahan dapat berupa perubahan posisi, bentuk, dan warna. Pentingnya animasi sebagai media adalah memiliki kemampuan untuk memaparkan sesuatu yang rumit atau kompleks serta sulit dijelaskan dengan hanya gambar atau katakata saja. Media animasi dapat digunakan untuk menjelaskan materi yang secara nyata tidak dapat terlihat oleh mata. Pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (30%) dan indera pendengaran (10%). Media ini dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi anak kemudian anak tersebut diharapkan mulai belajar menerapkan hal yang dipelajari sehingga akhirnya dapat membentuk pengetahuan dan sikap yang baik dalam menjalankan gizi seimbang. Hal ini sejalan dengan penelitian Utomo (2012) menyebutkan bahwa terjadi peningkatan dari siklus ke siklus untuk keterampilan menyimak dengan menggunakan animasi pada siswa kelas VI SD Negeri 3 Tempursari Kecamatan Sidoharjo Kabupaten Wonogiri.

Berdasarkan uji statistik yang dilakukan terhadap rata-rata pengetahuan gizi seimbang menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sesudah diberikan intervensi berupa media video animasi yaitu -9,526. Pengetahuan menurut Marisa (2014) dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya adalah pendidikan atau edukasi.

Pendidikan merupakan salah satu alat untuk menghasilkan perubahan pada diri manusia, karena melalui pendidikan manusia akan dapat mengetahui segala sesuatu yang tidak atau belum diketahui sebelumnya. Pendidikan diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan.

Pendidikan gizi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi siswa, membentuk sikap positif terhadap makanan bergizi dalam rangka membentuk kebiasaan makan yang baik. Alasan utama yang menyebabkan terjadinya peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang. Menurut Puspita (2012) melalui media pendidikan yang digunakan dan cara penyampaian materi pendidikan. Media pendidikan berfungsi untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media pendidikan membuat seseorang dapat lebih mengerti informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Dalam hal ini, media pendidikan gizi yang digunakan adalah media video animasi yang bertemakan gizi seimbang.

Puryaningsih dalam India, (2010) dalam hasil penelitiannya juga menunjukkan penggunaan media animasi yang ditinjau dari motivasi berprestasi dan kemampuan awal dalam pembelajaran biologi umum memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa, serta menunjukkan bahwa hasil belajar siswa yang disampaikan menggunakan media animasi lebih tinggi daripada siswa yang disampaikan tanpa menggunakan media animasi. Penggunaan media animasi, prestasi belajar siswa lebih baik dari pada menggunakan modul. Penelitian membuktikan bahwa ada interaksi antara motivasi dengan kemampuan awal terhadap prestasi belajar biologi umum (India, 2010).

Penelitian lain yang sejalan adalah penelitian Dwipayana (2011) yang mengatakan bahwa terjadi peningkatan pemahaman siswa terhadap pelajaran biologi dengan menggunakan media animasi pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun pelajaran 2011/2012. Penelitian Utomo (2012) juga menyebutkan bahwa terjadi peningkatan dari siklus ke siklus untuk keterampilan menyimak dengan menggunakan animasi pada siswa kelas VI SD Negeri 3 Tempursari Kecamatan Sidoharjo Kabupaten Wonogiri. Keefektifan media video animasi juga terdapat dalam penelitian Saputra dan Shofa pada siswa kelas IV SD Negeri Bandungrejo 02 Mranggen. Penggunaan media video animasi memperoleh hasil yang lebih baik dibandingkan dengan metode konvensional. Hal dikarenakan dalam media video animasi yang gambarnya memiliki alur yang runtut sesuai dengan unsur utama dari menulis narasi yaitu karangan yang menceritakan suatu peristiwa secara runtut. Sehingga penggunaan media video animasi

sebagai media pembelajaran antara lain mampu meningkatkan pemahaman, minat dan keterampilan siswa terhadap materi yang disampaikan guru. Hasil penelitian lain yang sejalan adalah penelitian yang dilakukan oleh Siwi, dkk (2014) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan konsumsi jajanan sehat sebesar 0.317 untuk pengetahuan setelah diberikan intervensi menggunakan media animasi.

## **SIMPULAN**

1. Pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi paling banyak adalah 21 (55,3%) dengan kategori kurang baik
2. Pengetahuan siswa sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi paling banyak adalah 22 (57,9%) dengan kategori baik
3. Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video animasi dengan nilai  $p < 0,000 < \alpha (0,05)$

## **SARAN**

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan kesimpulan diatas adalah sebagai berikut:

1. Bagi sekolah diharapkan memberikan tambahan pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan media video sebagai salah satu alternatif untuk menambah pengetahuan siswa agar lebih semangat dalam mempelajari materi gizi.
2. Bagi peneliti diharapkan dapat semakin memperluas jangkauan penelitian terutama dalam bidang pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang sebaiknya tidak hanya dilakukan satu kali agar dapat memperoleh hasil penelitian yang lebih maksimal dan dapat mempertahankan memori pengetahuan gizi seimbang dalam jangka panjang  
Siswa dan siswi yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik diharapkan dapat melaksanakan 10 pesan gizi seimbang sesuai dengan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang yang sudah diberikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aksoy, Gokhan. (2012). The Effects of Animation Technique on the 7th Grade Science and Technology Course Creative Education.Vol.3, No.3, 304-308. Diakses pada tanggal 10 Desember 2019 dari <http://www.SciRP.org/journal/ce>
- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, M. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Arimurti, D. I. (2012). Pengaruh Pemberian Komik Pendidikan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SD N Sukasari 4 Kota Tangerang Tahun 2012. Universitas Indonesia. Diakses pada tanggal 10 November 2019 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320244-S-PDF-Ditta%20Irma%20Arimurti.pdf>
- Balazinski, M & Przybylo, A. (2005). Teaching manufacturing processes using computer animation. *Journal of Manufacturing Systems*. Volume 24, Pages 237-243. Diakses pada tanggal 2 Desember 2019 [https://doi.org/10.1016/S0278-6125\(06\)80013-0](https://doi.org/10.1016/S0278-6125(06)80013-0).
- Crain, W. 2009. *Teori Perkembangan Manusia*. Pustaka Pelajar : Yogyakarta. Edisi Bahasa Indonesia Pertama
- Dwipayana, I, K., Sukoco. (2011). Kemampuan Siswa Dalam Pelajaran Biologi Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Berbasis Video Animasi Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2011/2012 . *Jurnal Pendidikan*.
- Healthy People (2010) Department of Health and Human Services With Understanding and Improving Health and Objectives for Improving Health. 2 vols. Washington, DC: U.S. Government Printing Office. Diakses pada tanggal 10 November 2019 dari [https://www.cdc.gov/nchs/data/hpdata2010/hp2010\\_general\\_data\\_issues.pdf](https://www.cdc.gov/nchs/data/hpdata2010/hp2010_general_data_issues.pdf)
- India, 2010. "Penggunaan Animasi dalam Pelajaran Biologi". Diakses tanggal 5 Februari 2020 <http://biosman11.blogspot.com/2010/03/penggunaan-animasi-dalampembelajaran.html>
- Kemendes RI. 2018. *Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017* ; Jakarta. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- Kemendes RI. 2018. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Diakses pada 19 September 2019 dari <https://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- Laily rahmayanti dan farida istianah. 2018. Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V SD N Se-Gugus Sukodono Sidoarjo. Volume 06, 429-439. Diakses pada tanggal 10 Desember 2019 dari <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnalpenelitianpgsd/article/view/23606>
- Lingga, Nurul. 2015. Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi. Skripsi. Jakarta : Universitas Esa Unggul. Diakses pada tanggal 10 Desember 2019 dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEUUndergraduate5874SKRIPSI%20NURUL.pdf>
- Marisa, Nuryanto (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Siswa SDN Bendungan di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 925–932. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6911>
- Mayer, Richard E. & Roxana Moreno. (2002). Animation as an Aid to Multimedia Learning. *Educational Psychology Review*, Vol. 14, No. 1. Diakses pada tanggal 2 Desember 2019 dari <https://ydraw.com/wp-content/uploads/2012/04/Stop-Motion-Aids-Multimedia-Learning.pdf>
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nuryanto, A. Pramono, N. Puruhita, and S. F. Muis. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, vol. 3, no. 1, pp. 32-36, <https://doi.org/10.14710/jgi.3.1.121-125>
- Purtiningsih, Dwi dkk. (2017). Hubungan antara pola makan dengan kejadian Obesitas pada anak usia sekolah dasar di SD Mardi Rahayu Ungaran. Skripsi.Ungaran : Universitas Ngudi Waluyo.
- Puspita, I, D. (2012). Retensi Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pasca Pelatihan Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas 5 dan 6 di 10 Sekolah Dasar Terpilih Kota Depok Tahun 2012. Universitas Indonesia. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313676T31315Retensi%20pengetahuan.pdf>
- Salsabila, Salma tia., dkk. (2019). Edukasi Dengan Media Video Animasi dan Powerpoint Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Konsumsi Sayur dan Buah. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Bandung Vol 11,Nomor 1*. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.696>
- Siwi, L. ., Yunitasari, E, & Krisnana, I. (2014). Meningkatkan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah Melalui Media Audiovisual, *Jurnal Gizi Masyarakat*, 3(1). <http://dx.doi.org/10.20473/pmnj.v3i1.11754>
- Soekirman, 2011. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Direktorat Jendral, Jakarta.
- Suiraoaka, I., & Supriasa, I. 2012. *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta:Graha Ilmu.
- Sukiyasa, K., Sukoco. (2013). Pengaruh Media Animasi Terhadap Hasil Belajar dan Motivasi Belajar Siswa Materi Sistem Kelistrikan Otomotif . *Jurnal Pendidikan Vokasi Terbuka*, vol 3, nomor 1, 126-137. <https://doi.org/10.21831/jpv.v3i1.1588>
- Utomo, W. P. (2012). Peningkatan Kualitas Pembelajaran Keterampilan Menyimak (Buku Teks Anak Yang Dibacakan Guru) Menggunakan Media Film Animasi Pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 3 Tempursari Kecamatan Sidoharjo Kabupaten Wonogiri . Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses pada tanggal 25 Desember 2019 <http://eprints.ums.ac.id/19425/>
- Yulaeni, Rizki. (2015). Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran Kabupaten Semarang. Diakses pada tanggal 15 september 2019 dari <http://perpusnwu.web.id>