



E-ISSN 3032-601X & P-ISSN 3032-7105

Vol. 2, No. 2, Tahun 2025

MISTER

**Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science,
Technology and Educational Research**

**Jurnal Penelitian Multidisiplin dalam Ilmu
Pengetahuan, Teknologi dan Pendidikan**

**UNIVERSITAS SERAMBI MEKKAH
KOTA BANDA ACEH**

mister@serambimekkah.ac.id

Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology
and Educational Research

Journal of MISTER

Vol. 2, No. 2, Tahun 2025

Pages : 3415–3425

Pengaruh Pendidikan Gizi Pencegahan Obesitas Berbasis Video Animasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa Kelas 6 SD Labschool Unesa

Talita Anggreni Stephani Benusu, Rahayu Dewi Soeyono

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Surabaya, Kota Surabaya, Indonesia

Article in Journal of MISTER

Available at : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

DOI : <https://doi.org/10.32672/mister.v2i2.3144>

How to Cite this Article

APA : Anggreni Stephani Benusu, T., & Dewi Soeyono, R. . (2025). Pengaruh Pendidikan Gizi Pencegahan Obesitas berbasis Video Animasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa Kelas 6 SD Labschool Unesa 1. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 2(2), 3415 – 3425. <https://doi.org/10.32672/mister.v2i2.3144>

Others Visit : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is a scholarly journal dedicated to the exploration and dissemination of innovative ideas, trends and research on the various topics include, but not limited to functional areas of Science, Technology, Education, Humanities, Economy, Art, Health and Medicine, Environment and Sustainability or Law and Ethics.

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is an open-access journal, and users are permitted to read, download, copy, search, or link to the full text of articles or use them for other lawful purposes. Articles on Journal of MISTER have been previewed and authenticated by the Authors before sending for publication. The Journal, Chief Editor, and the editorial board are not entitled or liable to either justify or responsible for inaccurate and misleading data if any. It is the sole responsibility of the Author concerned.



ISSN 3032-7105

ISSN 3032-601X



Pengaruh Pendidikan Gizi Pencegahan Obesitas Berbasis Video Animasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa Kelas 6 SD Labschool Unesa 1

Talita Anggreni Stephani Benusu¹, Rahayu Dewi Soeyono²

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya,
Kota Surabaya, Indonesia^{1,2}

*Email:

talitaanggreni.20048@mhs.unesa.ac.id, rahayudewi@unesa.ac.id

Diterima: 10-03-2025

| Disetujui: 11-03-2025

| Diterbitkan: 12-03-2025

ABSTRACT

Childhood obesity continues to increase every year. Nutrition of school-age children is an important thing in health and nutrition in adulthood. Therefore, nutrition education for obesity prevention through interesting learning media is very necessary. The purpose of this study was to determine the effect of animated video-based nutrition education on the knowledge and attitudes of 6th grade students of SD Labschool Unesa 1 regarding obesity prevention. The method used was quasi-experimental with a two-group pre-test and post-test design. A sample of 60 students through purposive sampling technique, and divided into experimental groups and control groups, with each group consisting of 30 students. The study was conducted in August 2024 for one day. Knowledge data were collected using multiple-choice tests, while attitude data used a guttman scale questionnaire, then the data were analyzed using the Wilcoxon test and the Mann-Whitney test. The results of the Wilcoxon test showed significant changes in the level of knowledge and attitudes of both groups using animated videos and leaflets ($p < 0.001$). The Mann-Whitney test showed that there was no difference between the two media ($p > 0.05$) in terms of knowledge and attitudes. However, the mean rank of the group using animated videos was slightly higher. In conclusion, both animated video media and leaflets are both effective in encouraging the knowledge and attitudes of 6th grade students of SD Labschool Unesa 1 regarding obesity prevention.

Keywords: Knowledge, Attitude, Animated Video, Obesity, Elementary School Students

ABSTRAK

Obesitas pada anak terus meningkat tiap tahun. Gizi anak usia sekolah menjadi hal penting dalam kesehatan dan gizi saat usia dewasa. Oleh karena itu, pendidikan gizi untuk pencegahan obesitas melalui media pembelajaran yang menarik sangat diperlukan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi berbasis video animasi terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas 6 SD Labschool Unesa 1 tentang pencegahan obesitas. Metode yang dipakai ialah *quasi eksperimental* dengan desain *two group pre-test and post-test*. 60 siswa sebagai sampel melalui teknik *purposive sampling*, dan dibagi ke dalam kelompok eksperimen serta kelompok kontrol, dengan masing-masing kelompok dengan 30 siswa. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2024 selama satu hari. Data pengetahuan dikumpulkan dengan tes pilihan ganda, sedangkan data sikap menggunakan angket skala guttman, kemudian data dianalisis dengan uji Wilcoxon dan uji *Mann-Whitney*. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan perubahan signifikan pada tingkat pengetahuan dan sikap baik kelompok yang memakai video animasi maupun *leaflet* ($p < 0,001$). Uji *Mann-Whitney*, bahwa tidak ada perbedaan antara kedua media ($p > 0,05$) dalam hal pengetahuan dan sikap. Meskipun demikian, rata-rata ranking (*mean rank*) kelompok memakai video animasi sedikit lebih tinggi. Kesimpulannya, baik media video animasi maupun *leaflet* keduanya efektif mendorong pengetahuan dan sikap siswa kelas 6 SD Labschool Unesa 1 mengenai pencegahan obesitas.

Katakunci: Pengetahuan, Sikap, Video Animasi, Obesitas, Siswa Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan stu masalah gizi berlebih yang dapat terjadi sebab ketidakseimbangan antara asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang dikeluarkan (*energy expenditure*) dengan waktu lama (Jayadi dkk., 2020). Kejadian obesitas tidak hanya terjadi pada orang dewasa maupun remaja, juga banyak terjadi pada kalangan anak di bawah usia 5 tahun hingga anak usia sekolah dasar (Silvia & Pratiwi, 2019). Peningkatan kejadian obesitas anak dan remaja sebanding dengan orang dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, prevalensi dunia, bahwa terdapat 124 juta anak yang mengalami obesitas dan 213 juta anak mengalami kegemukan (*overweight*) usia 5-19 tahun.

Berdasarkan data SSGI tahun 2022, obesitas anak usia 5-2 tahun di Indonesia yakni 9,2% dan kegemukan sebesar 10,8%. Survei pendahuluan yang dilakukan pada 63 anak kelas 6 di SD Labschool Unesa 1, menunjukkan bahwa prevalensi kejadian obesitas pada anak kelas 6 sebesar 15,8% dan prevalensi *overweight* sebesar 28,5%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak-anak di kelas 6 mengalami kelebihan berat badan, baik itu dalam kategori *overweight* maupun obesitas.

Status gizi anak usia sekolah sangat penting untuk menjadi hal utama kesehatan dan status gizi pada usia dewasa mendatang. Penelitian oleh Wicaksono, dkk (2021) menunjukkan bahwa status gizi dapat mempengaruhi proses perkembangan tubuh anak. Jika anak pada usia sekolah telah mengalami obesitas, maka dapat menyebabkan terjadinya perubahan metabolik pada tubuhnya (Jannah & Utami, 2018). Perubahan metabolik dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular, yakni penyakit jantung, diabetes melitus tipe II, hipertensi, dan stroke (Yaqin & Nurhayati, 2014).

Obesitas pada anak sendiri dapat disebabkan oleh banyak faktor (multifaktoral). Faktor utama munculnya obesitas pada anak sekolah dasar adalah perilaku makan dan pola aktivitas fisik, serta faktor lingkungan baik lingkungan fisik, biologis, dan sosial (Hardinsyah & Supariasa, 2016). Penyebab lain terjadinya obesitas adalah adanya perubahan gaya hidup saat ini yang mengarah pada *sedentary lifestyle*. Gaya hidup dengan aktivitas fisik yang sangat kurang dianggap juga menjadi penyebab kejadian *overweight* yang dari waktu ke waktu dapat menjadi obesitas (Stevani, 2017). Berdasarkan penelitian oleh Saputri, dkk (2019) pada anak sekolah dasar kelas 4 – 6 menunjukkan bahwa anak dengan obesitas cenderung lebih banyak memiliki pola hidup *sedentary*.

Selain itu, mengenai kaitannya dengan perilaku makan, anak usia sekolah sudah memiliki nafsu dalam memilih sendiri makanan yang sesuai dengan kesukaan mereka. Selain itu, anak juga umumnya sudah memiliki uang saku untuk dibawa ke sekolah (Wiradnyani dkk., 2019). Mereka cenderung gemar mengonsumsi makanan jajanan yang yang tentunya banyak menyumbang kalori dan lemak bagi tubuh (Rahmiwati dkk., 2019). Penelitian Zulfikar (2018) bahwa adanya hubungan antara asupan makanan jajanan dengan obesitas pada anak sekolah dasar. Selain makanan jajanan, anak usia sekolah saat ini juga menyukai makanan cepat saji dan instan, yang mana makanan tersebut cenderung rendah serat, rendah vitamin dan mineral, namun tinggi akan kalori, lemak, serta natrium yang dapat memicu terjadinya obesitas (Kristiawati dkk., 2018). Berdasarkan penelitian Dunga (2020), anak sekolah dasar yang memiliki perilaku makan yang buruk cenderung lebih banyak bermasalah obesitas dibanding anak yang berperilaku makan baik.

Perilaku makan anak juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan anak sekolah dasar yang masih terbatas seputar pemilihan makanan yang bergizi. Anak usia sekolah dasar juga cenderung masih memiliki kesadaran yang rendah terhadap masalah kelebihan berat badan (Colozza & Padmita, 2022). Pengetahuan dan sikap anak yang kurang dapat mempengaruhi pemilihan makanan dan jajanannya sehingga berdampak

pada status gizi anak tersebut. Sesuai pada penelitian Spronk, dkk (2014) bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan asupan makanan.

Maka dari itu, perlu adanya pendidikan gizi bagi anak sekolah dasar yang dapat memberikan informasi kepada anak terkait pesan gizi seimbang, dan juga diharapkan dapat berpengaruh pada pengetahuan dan sikap anak pada pemilihan makanan serta jajanan, sehingga dapat mencegah terjadinya kejadian obesitas pada anak. Dalam memberikan pendidikan gizi, media tentunya menjadi komponen penting untuk membantu penyampaian informasi kepada anak (Yuningsih & Kurniasari, 2022). Media yang tepat juga dapat menimbulkan semangat belajar dan minat anak terhadap informasi yang disampaikan, sehingga dapat mempengaruhi penyerapan informasi itu sendiri (Agustien dkk., 2018a).

Salah satu jenis media yang dapat dipakai yakni media video animasi. Sebab membuat anak lebih tertarik untuk belajar karena adanya animasi dengan karakter yang berwarna dan bergerak-gerak (Utami dkk., 2021). Dalam penelitian Wulandari & Indrianty (2021) menyimpulkan bahwa pendidikan gizi dengan media video animasi saat ini berpengaruh pada cara berpikir anak-anak, karena dengan animasi, anak-anak dapat lebih mudah menyerap banyak informasi dan dengan itu mereka juga menjadi memiliki keinginan untuk mewujudkannya menjadi kenyataan. Hal ini sejalan dengan penelitian Yusuf, dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa penggunaan media video animasi terbukti efektif untuk dipakai pada media pembelajaran pada anak sekolah dasar. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka tujuan penelitian ialah sebagai pengetahuan akan pengaruh pendidikan gizi pencegahan obesitas berbasis video animasi pada pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas 6 SD Labschool Unesa 1.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini ialah kuantitatif yang memakai metode Quasi Eksperimental melalui *Two Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilaksanakan di SD Labschool Unesa 1, Ketintang, Surabaya pada bulan Agustus 2024. Populasi penelitian ini yakni siswa-siswi kelas 6 di SD Labschool Unesa 1 sebanyak 63 orang, terdiri tiga kelas, masing-masing kelas berisi 21 siswa. Teknik pengambilan sampel memakai metode *purposive sampling*. Penentuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilaksanakan dengan pertimbangan tertentu. Kelas yang keluar pertama ketika diacak menjadi kelompok eksperimen (kelas 6C), lalu kelas yang keluar selanjutnya menjadi kelompok kontrol (kelas 6B), sementara siswa kelas sisanya (kelas 6A) disebar ke antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Saat pengambilan data, 3 orang siswa berhalangan hadir dan tidak mengikuti rangkaian kegiatan, sehingga sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan, maka pengambilan data hanya melibatkan siswa yang mengikuti *pre-test* dan *post-test*, yaitu sebanyak 60 siswa, dengan 30 siswa kelompok eksperimen dan 30 siswa kelompok kontrol.

Pengumpulan data dilakukan dengan tujuan mengukur pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi. Teknik pengumpulan data adalah dengan cara memberikan soal tes pengetahuan gizi dan angket sikap kepada siswa sebagai *pre-test* dan *post-test*. Pengolahan data dilakukan melalui tahap *editing*, *coding*, dan *data entry* menggunakan *software* statistik. Kemudian data dianalisis dengan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan dengan menggambarkan tabel frekuensi umur, pengetahuan, dan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesismenggunakan uji statistik. Sebelum melakukan uji statistik, dilakukan juga uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Melalui uji normalitas, didapatkan bahwa data hasil *pre-test*

dan *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga digunakan uji non-parametrik Wilcoxon untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sampel yang saling berpasangan. Selanjutnya dilakukan uji *Mann-Whitney* dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata tingkat pengetahuan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Interpretasi uji statistiknya ialah jika nilai $\text{sig.} < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, dan jika nilai $\text{sig.} > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil Penelitian

a. Karakteristik Responden

Responden penelitian ini ialah 60 siswa kelas 6 SD Labschool Unesa 1. Karakteristik responden dapat dilihat melalui gambaran distribusi frekuensi yang disajikan dalam bentuk tabel. Distribusi karakteristik yang disajikan adalah usia siswa. Berikut distribusi usia siswa kelas 6 SD Labschool Unesa 1.

Tabel 1. Distribusi Usia Siswa Kelas 6 SD Labschool Unesa 1

Usia (Tahun)	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	n	%	N	%
10	1	3,3	1	3,3
11	19	63,3	15	50
12	10	33,3	14	46,6
Total	30	100	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Dilihat tabel 1, sebagian besar siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berusia 11 tahun (63,3% dan 50%) dan diikuti dengan usia 12 tahun (33,3% dan 46,6%).

b. Hasil Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi Pencegahan Obesitas

Pengetahuan responden diukur berdasarkan tes pengetahuan yang berjumlah 15 soal dalam bentuk pilihan ganda. Sikap responden terkait pencegahan obesitas diukur berdasarkan hasil pengisian angket sikap yang berjumlah 10 pernyataan dengan bentuk pilihan setuju-tidak setuju. Pada kelompok eksperimen diberikan tes pengetahuan dan angket sikap sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi dengan media video animasi. Sedangkan, pada kelompok kontrol diberikan tes pengetahuan dan angket sikap sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi melalui media *leaflet*.

Tabel 2. Hasil Pengetahuan dan Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi dengan Media Video Animasi

Tingkat Pengetahuan	Media Video Animasi						
	N	Min	Max	Mean	SD	z	Sig
Pre test	30	20	100	66,7	26,99	-4,29	<0,001
Post Test	30	40	100	83,3	20,02		
Tingkat Sikap							
Pre Angket	30	20	100	66,3	24,13	-4,28	<0,001
Post Angket	30	40	100	79,3	19,98		

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2, peningkatan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kelompok eksperimen yang menggunakan media video animasi. Diketahui rata-rata nilai *pre-test* pengetahuan sebesar 66,7, kemudian mengalami peningkatan pada *post-test* menjadi 83,3. Berdasarkan tabel di atas, rata-rata sikap kelompok eksperimen sebelum dan sesudah kuesioner meningkat ketika materi video animasi digunakan. Rata-rata nilai sikap sebelum kuesioner adalah 66,3, yang meningkat menjadi 79,3 pada kuesioner sesudahnya. Hasil uji Wilcoxon terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah tes pada kelompok eksperimen (nilai- $p < 0,05$).

Tabel 3. Hasil Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi dengan Media Leaflet

Tingkat Pengetahuan	Media Leaflet						
	N	Min	Max	Mean	SD	z	Sig
Pre test	30	20	100	70,4	27,38	-4,02	<0,001
Post Test	30	40	100	86,6	17,76		
Tingkat Sikap							
Pre Angket	30	20	100	65,0	23,88	-4,13	<0,001
Post Angket	30	40	100	76,6	16,67		

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 3 menunjukkan, skor pengetahuan rata-rata sebelum dan sesudah ujian kelompok kontrol meningkat setelah menggunakan media brosur. Diketahui bahwa skor pengetahuan rata-rata sebelum ujian adalah 70,4 dan naik menjadi 86,6 setelah ujian. Lebih jauh, hasil tersebut menunjukkan bahwa penilaian sikap rata-rata sebelum dan sesudah kuesioner kelompok kontrol meningkat ketika media brosur digunakan. Diketahui rata-rata sikap sebelum angket sebesar 65,0 yang meningkat menjadi 76,6 pada pasca angket. Selanjutnya berdasarkan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikansi hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan serta pre-angket dan post-angket siswa kelompok kontrol dengan nilai $< 0,001$, dimana nilai tersebut $< 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada perbedaan antara hasil pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pendidikan gizi.

c. **Perbandingan Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa**

Uji *Mann-Whitney* bertujuan sebagai pengetahuan akan ada tidaknya perbedaan rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji *Mann-Whitney* menggunakan data selisih nilai *pre-test* dan *post-test* pada kelompok.

Tabel 4. Perbandingan Pengetahuan dan Sikap Setelah Pemberian Pendidikan Gizi pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tingkat Pengetahuan	n	Mean Rank Mann- Whitney	Sig.
Kelompok Eksperimen	30	31,68	0,595
Kelompok Kontrol	30	29,32	
Tingkat Sikap			
Kelompok Eksperimen	30	31,87	0,521
Kelompok Kontrol	30	29,13	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4, didapatkan bahwa nilai signifikansi untuk tingkat pengetahuan sebesar 0,595, dan untuk tingkat sikap sebesar 0,521, dimana nilai ini $>0,05$. Ini mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok yang dibandingkan, namun rata-rata selisih nilai pengetahuan dan sikap pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding kelompok kontrol.

2) Pembahasan Penelitian

a. **Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa pada Kelompok Eksperimen (Media Video Animasi) Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi**

Hasil yang didapatkan pada penelitian mengarah pada peningkatan pengetahuan siswa kelas 6 SD dari sebelum hingga sesudah diberikan pendidikan gizi pencegahan obesitas baik dengan media video animasi maupun *leaflet*. Berdasarkan kategori tingkatan pengetahuan menurut Arikunto (2016), tingkat pengetahuan dikategorikan kurang apabila responden dapat menjawab $<56\%$ dari total jawaban pertanyaan, cukup jika dapat menjawab $56-75\%$, dan baik jika responden dapat menjawab $76-100\%$. Tingkat pengetahuan siswa kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi sebanyak 11 siswa memiliki pengetahuan kurang, 6 siswa memiliki pengetahuan cukup, dan 13 siswa memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan intervensi berupa video animasi, pengetahuan siswa mengalami peningkatan, dimana 25 siswa masuk ke dalam kategori pengetahuan baik, namun 5 sisanya masih di dalam kategori kurang.

Hasil uji wilcoxon pengetahuan dan sikap menunjukkan nilai signifikansi sebesar $<0,001 < 0,05$, disimpulkan bahwa media video animasi yang digunakan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Meningkatnya pengetahuan dan sikap pada kelompok media video animasi menunjukkan keberhasilan penyampaian materi melalui video animasi, dan dapat menjawab tujuan dari pendidikan gizi, dimana tujuan pendidikan gizi ialah mendorong terjadinya perubahan pengetahuan dan perilaku terkait makanan dan gizi ke arah yang positif (Dakhi, 2018). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Sihsinarmiyati (2019), dimana sebelum dilakukan intervensi pada kelompok eksperimen dengan media video animasi, sebanyak 18 dari 28 siswa memiliki pengetahuan cukup, 10 siswa memiliki pengetahuan baik. Kemudian setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan dimana 25 siswa menjadi tergolong dalam kategori

pengetahuan baik, sedangkan 3 sisanya masih dalam kategori cukup, dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$.

Media video animasi dapat membuat anak lebih tertarik untuk belajar karena adanya animasi dengan karakter yang berwarna dan bergerak-gerak (Utami dkk., 2021). Penelitian Wulandari & Indrianty (2021) menyimpulkan bahwa pendidikan gizi dengan media video animasi pada saat ini sangat berpengaruh pada cara berpikir anak, karena lewat animasi yang ditonton, dengan adanya karakter-karakter yang dapat menarik perhatian anak, anak-anak pun dapat menyerap semua informasi yang mereka dapat dan mereka cenderung akan mencoba mewujudkan animasi tersebut menjadi kenyataan. Penelitian sejenis menunjukkan bahwa setelah diberikan pendidikan pencegahan obesitas melalui audio visual, perubahan sikap terjadi pada mayoritas siswa memiliki sikap positif dalam mencegah obesitas, khususnya dalam hal memilih jajanan sehat (Paulo, 2019).

b. Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswa pada Kelompok Kontrol (Media Leaflet) Sebelum dan Sesudah Pendidikan Gizi

Pada penelitian ini, didapatkan hasil tingkat pengetahuan dan sikap siswa kelas 6 SD yang berada dalam kelompok kontrol pada saat sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi pencegahan obesitas pada media *leaflet* juga mengalami peningkatan. Berdasarkan kategori tingkatan pengetahuan menurut Arikunto (2016), tingkat pengetahuan siswa kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi sebanyak 10 siswa memiliki pengetahuan kurang, 2 siswa memiliki pengetahuan cukup, dan 18 siswa memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan intervensi berupa *leaflet*, pengetahuan siswa mengalami peningkatan, dimana 25 siswa masuk ke dalam kategori pengetahuan baik, 2 siswa dalam kategori cukup, dan 3 siswa dalam kategori kurang.

Hasil uji wilcoxon pengetahuan dan sikap menunjukkan nilai signifikansi sebesar $<0,001 < 0,05$, kesimpulannya adalah media *leaflet* yang digunakan juga berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Adanya perubahan tingkat pengetahuan dan sikap juga pada siswa kelompok kontrol menunjukkan keberhasilan penyampaian materi melalui media *leaflet*. Media *leaflet* yang dibagikan langsung kepada siswa dapat dibaca secara berulang kali, sehingga memungkinkan siswa untuk memahami materi di dalamnya dengan lebih baik sesuai dengan kecepatan belajarnya. Bentuk *leaflet* yang praktis dengan isi bacaan yang sederhana, serta adanya gambar dan warna yang menarik juga membuat *leaflet* menjadi media belajar yang ringan dan mudah dipahami (Utami, 2015).

Sejalan dengan penelitian Usmaran, dkk (2019), dimana hasil uji statistik *pre-test* dan *post-test* pengetahuan *p-value* = 0,000, terdapat pengaruh pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* terhadap pengetahuan remaja *overweight* sebelum dan sesudah menerima intervensi. Penelitian Kurniasari, dkk (2022) yang menggunakan *leaflet* sebagai media edukasi gizi pencegahan obesitas juga menunjukkan pengetahuan responden meningkat setelah adanya materi melalui *leaflet*, karena nilai rata-rata setelah menerima *leaflet* lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata sebelum menerima *leaflet*. Penelitian Aziza & Putra (2021) juga menunjukkan bahwa setelah menerima edukasi melalui *leaflet*, tidak hanya terjadi peningkatan pengetahuan, namun juga terjadi perubahan sikap yang positif, dimana siswa menjadi lebih sadar tentang pentingnya pola makan seimbang dan aktivitas fisik untuk mencegah obesitas.

c. Perbandingan Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap terkait Pencegahan Obesitas

Uji *Mann-Whitney*, yang menggunakan selisih skor pra-tes dan pasca-tes siswa, menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor rata-rata pengetahuan dan sikap antara kelompok eksperimen yang menggunakan media video animasi dan kelompok kontrol yang menggunakan media leaflet. Akan tetapi, kelompok eksperimen memiliki skor selisih rata-rata (peringkat rerata) yang jauh lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Apriliani (2023) yang menemukan bahwa baik media video animasi maupun media leaflet memiliki pengaruh dalam meningkatkan pemahaman siswa. Penelitian serupa menemukan bahwa media video lebih berhasil daripada media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar tentang gizi seimbang. Media video dapat meningkatkan motivasi belajar anak usia sekolah karena merangsang lebih dari satu indera, yaitu panca indera penglihatan dan pendengaran. Sedangkan media leaflet hanya merangsang satu indera, yaitu penglihatan (Suprpto, 2022). Hal ini sesuai dengan temuan Sari et al. (2019) yang mengungkapkan bahwa anak usia sekolah dasar yang menonton film animasi tentang pola makan sehat lebih cenderung mengadopsi sikap dan perilaku makan lebih sehat dibandingkan dengan mereka yang tidak menonton video animasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan adanya peningkatan pengetahuan kelompok eksperimen yang diberikan media video animasi dari *pre-test* sebesar 66,7, saat *post-test* menjadi 83,3, dan sikap dari pre angket sebesar 66,3 menjadi 79,3 saat post angket, dengan nilai signifikansi sebesar $<0,001 < \alpha 0,05$, sehingga media video animasi berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan sikap siswa. Pada kelompok kontrol yang diberikan media *leaflet* juga terdapat peningkatan pengetahuan dari *pre-test* sebesar 70,4, saat *post-test* menjadi 86,6, dan sikap dari pre angket sebesar 65,0 menjadi 76,6 saat post angket, nilai signifikansi sebesar $<0,001 < \alpha 0,05$, sehingga media *leaflet* juga berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan siswa. Dilihat dari hasil di atas, disimpulkan bahwa baik media video animasi maupun *leaflet* keduanya efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa kelas 6 SD Labschool Unesa mengenai pencegahan obesitas.

Saran bagi SD Labschool Unesa 1 dapat menggunakan baik video animasi maupun *leaflet* sebagai media pembelajaran maupun media promosi kesehatan di lingkungan sekolah. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan membawa pengembangan pada media pembelajaran melalui video animasi dengan rancangan yang lebih inovatif, dan juga menyertakan dengan pendekatan lain seperti interaksi sosial atau media yang melibatkan siswa aktif, sehingga dapat mencapai perubahan sikap yang lebih signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

Agustien, R., Umamah, N., & Sumarno, S. (2018a). Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Dua Dimensi Situs Pekauman di Bondowoso Dengan Model Addie Mata Pelajaran Sejarah Kelas X IPS. *Jurnal Edukasi*, 5(1), 19. <https://doi.org/10.19184/jukasi.v5i1.8010>

- Agustien, R., Umamah, N., & Sumarno, S. (2018b). Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Dua Dimensi Situs Pekauman di Bondowoso dengan Model Addie Mata Pelajaran Sejarah Kelas X IPS. *Jurnal Edukasi*, 5(1), 19. <https://doi.org/10.19184/jukasi.v5i1.8010>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Colozza, D., & Padmita, A. C. (2022). Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia. UNICEF.
- Dakhi, T. (2018). Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi melalui Media Leaflet tentang Sayur dan Buah terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Ibu Murid SDN 105349 Paluh Kemiri dalam Menyediakan Sayur dan Buah untuk Keluarga. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Dungga, E. F. (2020). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak. *Jambura Nursing Journal*, 2(1), 103–111. <https://doi.org/10.37311/jnj.v2i1.4477>
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (Ed.). (2016). *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hidayah, dkk. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Sarapan Pagi pada Murid Sekolah Dasar Negeri 09 Pontianak Utara.
- Jannah, M., & Utami, T. N. (2018). Faktor yang memengaruhi terjadinya Obesitas pada Anak Sekolah di SD N 1 Sigli Kabupaten Pidie. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3).
- Jayadi, N., Asmawati, A., Suriah, S., Syafar, M., & Rahmadani, S. (2020). Modifikasi Perilaku Pencegahan Obesitas pada Anak Penyandang Tunarungu di Kota Makassar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(3), 229–235. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i3.1196>
- Kristiawati, K., Rachmawati, P. D., Arief, Y. S., Kurnia, I. D., Krisnana, I., Yunitasari, E., Armini, N. K. A., Triharini, M., Pradanie, R., & Nastiti, A. A. (2018). Peningkatan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah sebagai Upaya Pencegahan Obesitas pada Anak. *Buletin Udayana Mengabdi*, 17(4). <https://doi.org/10.24843/BUM.2018.v17.i04.p27>
- Kurniasari, dkk. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Terhadap Peningkatan Pengetahuan dalam Upaya Pencegahan Obesitas pada Remaja di MTs Al-Khairiyah. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)* 6(2).
- Lowanga, M. R., Salman, S., Pomalingo, A. Y., Domili, I., & Misnati, M. (2021). Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji dan Status Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Journal of Noncommunicable Disease*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.52365/jond.v1i2.362>
- Paramasatiari, A., & Angela, K. A. P. (2020). *Correlation between Junk Food Consumption with Obesity in Children in West Denpasar, Bali Indonesia. The Proceedings of the 1st Seminar The Emerging of Novel Corona Virus, NCov 2020*, 11-12. <https://doi.org/10.4108/eai.11-2-2020.2302047>
- Paulo (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan, Sikap dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan. *Universitas Muhammadiyah Bengkulu*, 1, 1–9.
- Rahmiwati, A., Sitorus, R. J., Arinda, D. F., & Utama, F. (2019). Determinan Obesitas pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 11(2). <https://doi.org/10.23917/jk.v11i2.7537>
- Santoso, R. D., & Wahjuni, E. S. (2022). Survei Status Siswa Kelas II SD Negeri Se-Kecamatan Labang. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>

- Saputri, Y. V. S., Setyawan, H., & Wuryanto, M. A. (2019). Analisis Hubungan antara *Sedentary Lifestyle* dengan Kejadian Obesitas pada Usia Sekolah Dasar Kelas 4-6 (Studi di Kota Salatiga). JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT, 7.
- Sihsinarmiyati, A. (2019). Pengaruh Edukasi Video Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar tentang Obesitas di Kota Bengkulu Tahun 2019. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Silvia, W., & Pratiwi, V. A. (2019). Faktor Resiko Obesitas pada Anak 5 – 15 Tahun di Indonesia. STIKes Surya Mitra Husada. <https://doi.org/10.31219/osf.io/4wt3f>
- Spronk, I., Kullen, C., Burdon, C., & O'Connor, H. (2014). Relationship between Nutrition Knowledge and Dietary Intake. *British Journal of Nutrition*, 111(10), 1713–1726. <https://doi.org/10.1017/S0007114514000087>
- Suprpto, I. (2022). Efektivitas Penggunaan Media Video Gizi Seimbang sebagai Media Edukasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Usmaran, dkk. (2019). Media Kalender dan Leaflet dalam Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Makan Remaja Overweight. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung* 11(1).
- Utami, F. R., Yasmin, A., Srihartantri, F., Ramadhania, F., Ambarwati, I., Nikmah, I. Z., & Iswari, Y. (2021). Pengaruh Video Penyuluhan Kesehatan tentang Obesitas bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *Buletin Kesehatan*, 5(1).
- Wahyuningsih, E. (2018). Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Remaja Obesitas dan Tidak Obesitas di SMA Institut Indonesia Kota Semarang. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Wiradnyani, L., Pramesthi, I. L., Raiyan, M., Nuraliffah, S., Nurjanatun, Februhartanty, J., Ermayani, E., & Iswarawanti, D. N. (2019). Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar (II). SEAMEO RECFON, Kemendikbud RI.
- Wulandari, N., & Indrianty, M. S. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan menggunakan Video Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Jajanan Sehat pada Anak Obesitas.
- Yaqin, M. K., & Nurhayati, F. (2014). Prevalensi Obesitas pada Anak Usia SD menurut IMT/U di SD Negeri Ploso II No 173 Surabaya. 02(173).
- Yusuf, M., Zuhrawardi, Z., & Wardani, E. (2020). *The Effectiveness of Animated Video as Learning Media Towards The Perception of Healthy Snacks on Elementary School Students in Indonesia*. *The International Journal of Tropical Veterinary and Biomedical Research*, 5(2), 1–6. <https://doi.org/10.21157/ijtvbr.v5i2.20483>
- Zulfikar, V. Y. (2018). Hubungan Kontribusi Asupan Makanan Jajanan dan Uang Saku dengan Kejadian Obesitas pada Siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018. Universitas Andalas.