

Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

Inggita Senosa Ginting¹, Abdul Hairuddin Angkat², Sudana Fatahillah Pasaribu³, Wanda Lestari⁴

^{1,2}Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Medan, Medan

³Prodi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

⁴Program Studi Gizi, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

Alamat: Jl. Jamin Ginting No.13,5, Lau Cih, Kec. Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara 20137

Korespondensi penulis: gitagitsu@gmail.com

Abstrack: Obesity is a result of excessive energy consumption, this excess energy is stored in the body as fat, so that over time the body becomes heavier. This condition can be experienced by everyone, regardless of gender group or group of teenagers to adults. The aim of the research is to determine the effect of nutritional education about obesity using animation media on knowledge and attitudes in obese adolescents. This research was conducted at SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. The research was conducted in May 2023 with quantitative methods using a Group Pre and Post Test design. Intervention in the form of counseling using animation media was given 3 times. The population in this study was class VIII, 319 students. The sample in this study was 32 obese students who met the criteria for being a sample. Data were collected using a knowledge and attitude questionnaire using a statistical test, namely the T-dependent test. The research results showed that the average knowledge of teenagers about obesity before counseling was 10.09, after being given counseling was 13.25 with a significant value of $p=0.000$. The average attitude score before being given counseling was 39.53, after being given counseling was 51.19 with a significant value of $p=0.000$. The conclusion of this research is that there is an influence of nutrition education about obesity using animation media on the knowledge and attitudes of teenagers at SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. It is hoped that the school can play an active and creative role in providing health education about nutrition, especially about obesity in teenagers.

Keywords: counseling, knowledge, obesity, attitudes.

Abstrak. Obesitas merupakan akibat dari konsumsi energi yang berlebihan. Energi yang berlebihan tersebut disimpan di dalam tubuh sebagai lemak, sehingga dari waktu ke waktu badan menjadi bertambah berat. kondisi tersebut bisa dialami dengan semua orang, tidak dilihat dari kelompok gender maupun kelompok remaja hingga dewasa. Tujuan penelitian adalah mengetahui pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja obesitas. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Waktu penelitian dilakukan bulan Mei 2023 dengan metode kuantitatif menggunakan rancangan *Group Pre and Post Test design*. Intervensi berupa penyuluhan dengan media animasi diberikan sebanyak 3 kali intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VIII sebanyak 319 siswa/siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 32 siswa-siswi obesitas yang memenuhi kriteria menjadi sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap dengan menggunakan uji statistic yaitu Uji T-dependent. Hasil penelitian rata – rata pengetahuan remaja tentang obesitas sebelum penyuluhan adalah 10.09, setelah diberikan penyuluhan adalah 13.25 dengan nilai signifikan $p=0,000$. Rata – rata skor sikap sebelum diberikan penyuluhan adalah 39.53, setelah diberikan penyuluhan adalah 51.19 dengan nilai signifikan $p=0,000$. Kesimpulan pada penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam, diharapkan kepada pihak sekolah dapat berperan aktif

dan kreatif dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai gizi khususnya tentang obesitas pada remaja.

Kata kunci : penyuluhan, pengetahuan, obesitas, sikap.

LATAR BELAKANG

Masa remaja didefinisikan sebagai fase perkembangan dari bayi sampai dewasa, di mana periode awal dari pubertas hingga kedewasaan terjadi, dimulai antara usia 10 dan 18 tahun. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa, Masa remaja harus terpenuhi gizi seimbang untuk mempertahankan pertumbuhan dan perkembangan yang normal. Masalah gizi yang sering terjadi pada saat ini adalah obesitas, kurang energi kronis (KEK), dan sebagainya. Perubahan yang terjadi selama masa remaja dapat mempengaruhi masalah gizi . (Lutfah, 2018)

Masalah gizi yang terjadi pada remaja. Pada umumnya remaja memiliki kebiasaan makan tidak sehat, antara lain kebiasaan tidak makan pagi, malas minum air putih, diet tidak sehat karena ingin langsing (mengabaikan sumber protein, karbohidrat, vitamin dan mineral), kebiasaan ngemil makanan rendah gizi dan makan makanan junk food dan fast food (Suryani et al., 2017).

Obesitas ialah masalah Kesehatan yang sering terjadi di zaman modern sekarang. Obesitas merupakan akibat dari konsumsi energi yang berlebihan, energi yang berlebihan tersebut disimpan di dalam tubuh sebagai lemak, sehingga dari waktu ke waktu badan menjadi bertambah berat. kondisi tersebut bisa dialami dengan semua orang, tidak dilihat dari kelompok gender maupun kelompok remaja hingga dewasa. faktor risiko terjadinya obesitas adalah dikalangan siswa – siswi yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah. (Meidiana et al., 2018a)

Pengetahuan pada remaja adalah salah satu cara pencegahan terjadinya obesitas. Pengetahuan yang baik diharapkan akan berpengaruh terhadap konsumsi makanan yang lebih baik. Kurangnya pengetahuan dan sikap tentang gizi pada remaja adalah ketidakmampuan untuk memilih makanan yang bergizi. Dengan perannya pengetahuan terhadap metabolismenya yang cukup pada remaja obesitas, maka dari itu perkembangan obesitas pada masa remaja dapat dihindari dan dicegah. (Ramadhanti et al., 2022)

Tinggi nya ketinggian pengetahuan remaja juga berpengaruh terhadap sikap dalam mencegah obesitas. Sikap merupakan konsep yang sangat penting ditinjau dari faktor psikososial karena diarahkan pada perilaku sadar. Adapun sikap yang baik ternyata belum tentu perilaku yang dimiliki juga akan baik, ada banyak faktor yang mempengaruhi perilaku anak yang baik tanpa didasari dengan sikap yang baik Sikap terhadap remaja dapat membentuk sikap yang positif dengan tujuan terbentuknya sebuah kebiasaan makanan yang baik. Upaya peningkatan pengetahuan dan sikap perlu adanya melakukan penyuluhan gizi menggunakan media yang memotivasi konsep fisik secara nyata. (Azhari & Fayasari, 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang obesitas adalah dengan memberikan edukasi gizi dengan cara memberikan penyuluhan. Penyuluhan gizi adalah suatu upaya atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok, atau masyarakat meningkatkan pengetahuan dan sikap. Fungsi penyuluhan Kesehatan terutama dibidang gizi merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyampaikan pesan atau informasi yang bertujuan untuk mengertinya terhadap obesitas pada remaja sehingga bisa membangun sikap percaya diri sendiri, dan memahami terkait dengan menjaga Kesehatan dan berharap agar generasi muda tidak hanya mengenali, mengerti dan memahami rekomendasi terkait kesehatan, tetapi juga menerapkannya. penyuluhan tersebut dapat melalui video. Video adalah media audio visual yang mengungkapkan suatu keadaan yang nyata yaitu melalui video media animasi (Kurniati et al., 2019)

Salah satu media yang digunakan untuk penyuluhan kepada remaja adalah media animasi. Animasi merupakan satu bentuk presentasi gambar yang paling menarik berupa simulasi gambar bergerak yang dapat menggambarkan perpindahan atau pergerakan suatu objek. Keunggulan menggunakan media animasi dalam proses penyuluhan sangat membantu dalam meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses penyuluhan serta hasil penyuluhan meningkat.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam, kepada 10 orang sampel terdapat 70% siswa siswi memiliki pengetahuan yang rendah dan terdapat 30% memiliki sikap yang rendah, diantaranya adalah kurang mengetahui gejala obesitas, dan penyebab obesitas. Berdasarkan uraian di atas, maka

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam”.

KAJIAN TEORITIS

Teori Kesehatan Perilaku (Health Behavior Theory)

Teori Health Belief Model (HBM) Teori ini relevan untuk menjelaskan bagaimana penyuluhan gizi dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap remaja. Konsep-konsep seperti persepsi terhadap keparahan obesitas, kerentanan terhadap kondisi tersebut, dan manfaat dari perubahan perilaku dapat digunakan sebagai landasan teoritis.

Teori Pembelajaran (Learning Theory)

Teori Social Cognitive Theory (SCT), Melalui teori ini, dapat dijelaskan bahwa remaja dapat memperoleh pengetahuan dan membentuk sikap melalui observasi, imitasi, dan interaksi sosial. Penyuluhan gizi dengan media animasi dapat menjadi model yang kuat untuk memicu perubahan perilaku dan pemahaman tentang pentingnya gizi.

Teori Komunikasi (Communication Theory)

Teori Uses and Gratifications, Remaja sering menggunakan media sebagai sumber informasi. Teori ini dapat memandu penelitian untuk memahami bagaimana remaja memperoleh, menginterpretasikan, dan merespon informasi gizi melalui media animasi, serta bagaimana hal itu memengaruhi pengetahuan dan sikap mereka terhadap obesitas.

Teori Edukasi (Educational Theory)

Teori Constructivism, Melalui pendekatan ini, penyuluhan gizi dengan media animasi diharapkan dapat membangkitkan konstruksi pengetahuan yang lebih baik pada remaja. Mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga secara aktif membangun pemahaman mereka sendiri tentang isu gizi dan obesitas.

Teori Psikologi Pendidikan

Teori Self-Determination Theory (SDT), Teori ini dapat membantu menjelaskan bagaimana penyuluhan gizi dapat memotivasi remaja untuk mengadopsi perilaku sehat.

Peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap dapat terjadi jika remaja merasa memiliki kontrol dan otonomi atas keputusan mereka terkait gizi dan obesitas.

Teori Psikologi Kognitif

Teori Elaboration Likelihood Model (ELM), Mengenai bagaimana remaja memproses informasi gizi melalui media animasi. Teori ini membedakan antara pemrosesan sentral (pemikiran mendalam) dan pemrosesan perifer (pemikiran dangkal) yang dapat memengaruhi perubahan pengetahuan dan sikap.

Teori Psikologi Remaja.

Teori Theory of Planned Behavior (TPB), Teori ini dapat memberikan wawasan tentang bagaimana niat remaja untuk mengadopsi perilaku gizi sehat dipengaruhi oleh sikap mereka terhadap penyuluhan gizi melalui media animasi, norma subjektif, dan persepsi kendali diri.

Dengan memanfaatkan kerangka teoritis ini, penelitian dapat membangun argumen yang kokoh tentang bagaimana penyuluhan gizi menggunakan media animasi diharapkan dapat memengaruhi pengetahuan dan sikap remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam terkait obesitas.

Ha = Ada Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

H0 = Tidak ada Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Ha1 = Ada Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Ha2 = Ada Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

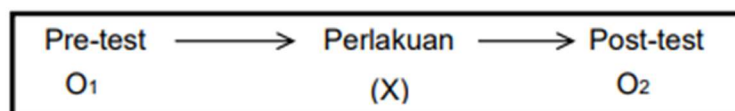
Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa

penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah penelitian Quasi-Eksperimental (rancangan eksperimen semu) dengan desain One Group Pretest – Posttest.

Desain one group pre-post test dapat digambarkan pada bagan berikut :



Keterangan :

O1 = Pengukuran pertama (pre test) sebelum diberi intervensi

x = Intervensi berupa penyuluhan gizi dengan media animasi

O2 = Pengukuran kedua (post test) setelah diberi intervensi

Dengan populasi keseluruhan objek yang akan di teliti , populasi penelitian ini adalah seluruh siswa - siswi kelas VIII yang terdaftar di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam sebanyak 319 siswa – siswi. Pengambilan sampel dilakukan secara *Non-Probability Sampling (Purposive Sampling)*, dimana sampel penelitian dipilih diantara populasi sesuai dengan yang telah dikehendaki peneliti sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang diinginkan.

Sampel adalah hasil screening yang terdapat pada sebagian dari populasi yaitu 319 siswa - siswi yang memiliki IMT/U dengan ambang batas z-score $>+2SD$ ada sebanyak 32 siswa - siswi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Negeri Lubuk Pakam merupakan salah satu sekolah yang terletak di Kecamatan Lubuk Pakam dengan luas area tanah 12.518m² dengan alamat lengkap Jl. Kartini No.4, Tj.Garbus Satu, Kecamatan Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, Kode Pos 20516. Nilai Akreditasi SMP Negeri 1 Lubuk Pakam adalah A.

SMP Negeri 1 Lubuk Pakam memiliki 30 Ruang Kelas, 2 ruang laboratorium computer, 1 lapangan bola basket, 1 lapangan bola voli, 1 taman sekolah, 1 ruang laboratorium IPA, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang alat music, 1 ruang Ekstrakurikuler Pramuka, 1 ruang BK (Bimbingan Konseling), 1 ruang UKS (Usaha Kesehatan Sekolah), 1 musholah, 1 ruang perlengkapan olahraga, 1 ruang pos satpam, 1 ruang kantor guru, serta 1 kantor kepala sekolah dan tata usaha.

B. Karakteristik Sampel

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin adalah atribut – atribut fisiologis dan anatomis yang membedakan antara laki – laki dan perempuan.

Jenis Kelamin	n	%
Laki – Laki	12	37,5
Perempuan	20	62,5
Total	32	100,0

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis kelamin.

Tabel diatas menunjukkan bahwa siswa – siswi sebanyak 32 orang yaitu perempuan sebanyak 20 orang (62,5%) dibandingkan dengan laki – laki yaitu sebanyak 12 orang (3,5%).

2. Umur

Umur (usia) merupakan waktu hidup seseorang mulai sejak lahir hingga sekarang yang diukur dengan patokan skala tahun.

Umur	n	%
13 Tahun	17	53.1
14 Tahun	14	43.8
15 Tahun	1	3,1
Total	32	100,0

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

Table diatas menunjukkan bahwa siswa – siswi berada pada umur 13 tahun sebanyak 17 orang (53.1%), kemudian dilanjutkan dengan umur 14 tahun sebanyak 14 orang (43,8%), terakhir umur 15 tahun masing – masing sebanyak 1 orang (3,1 %).

3. Kelas

Kelas adalah sebuah ruangan yang berisikan sekelompok murid – murid di tingkatan kelas yang sama dalam sebuah sekolah.

Kelas	N	%
U	7	21,9
A	1	3,1
B	5	15,6
C	4	12,5
D	1	3,1
E	8	25,0
G	2	6,3
I	4	12,5
Total	32	100,0

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kelas

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdiri dari 32 siswa – siswi, diketahui distribusi frekuensi kelas sebanyak 8 kelas yaitu kelas E sebanyak 8 orang (25,0%), kelas U sebanyak 7 orang (21,9%), kelas B sebanyak 5 orang (15,6%), kelas C dan Kelas I masing – masing sebanyak 4 orang (12,5%), kelas G sebanyak 2 orang (6,3%), dan dikelas A dan kelas D masing – masing sebanyak 1 orang (3,1%).

C. Pengetahuan Remaja tentang Obesitas

Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan tiap orang berbeda-beda tergantung dari bagaimana pengindraannya terhadap objek atau sesuatu (Masturoh & Nauri, 2018).

Hasil pretest, ada 5 pertanyaan diatas 30% yang menjawab salah yaitu Akibat yang dapat ditimbulkan dari obesitas (P8) sebanyak 12 (36.4%), Pilihlah pernyataan di bawah ini yang paling benar? (P13) sebanyak 13 (40.6%), Bagaimanakah pengaruh penghasilan keluargaterhadap obesitas pada remaja? (P12) sebanyak 14 (43.8%), Apakah yang dimaksud dengan obesitas? (P1) sebanyak 18 (56.2%), dan Apakah obesitas sama dengan overweight? (P3) sebanyak 25 (78.1%).

Sedangkan hasil posttest, hanya ada 2 pertanyaan yang menjawab salah diatas 30% yaitu yang bukan penyebab obesitas/kegemukan adalah (P7) sebanyak 11 (33.3%), dan apakah obesitas sama dengan overweight? (P3) sebanyak 16 (50%).

Dapat disimpulkan dari hasil pretest pengetahuan ada 5 pertanyaan diatas 30% sampel yang menjawab salah, sedangkan dari hasil posttest pengetahuan hanya ada 2 pertanyaan diatas 30% sampel yang menjawab salah. Menunjukkan bahwa sudah ada

peningkatan dari hasil posttest setelah melakukan penyuluhan menggunakan media video animasi.

Penyuluhan	N	Rata – rata	Minimal	Maksimal
Pre-Test	32	10.09	4	14
Post-Test	32	13,25	8	15

Tabel 4. Rata – Rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel diatas menunjukkan bahwa rata – rata skor pengetahuan sebelum melakukan penyuluhan dengan media animasi adalah 10.09 dengan nilai minimal 4 dan maksimal 14. Rata – rata skor pengetahuan setelah melakukan penyuluhan dengan media animasi adalah 13.25 dengan nilai minimal 8 dan maksimal 15. Setelah melakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan dengan selisih 3.16.

D. Sikap Remaja tentang Obesitas

Sikap adalah bagaimana pendapat atau penilaian orang atau responden terhadap hal yang terkait dengan kesehatan, sehat/sakit dan faktor risiko kesehatan (Wawan & Dewi, 2018). Hasil pada pretest, Ada 3 pernyataan positif yang menjawab diatas 30% yaitu remaja yang mengalami obesitas/ kegemukan biasanya akan mengalami tidak percaya diri (S9) yaitu sangat setuju 11 (34.4%), Obesitas merupakan Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan (S1) yaitu sangat setuju sebanyak 13 (40.6%), Sebaiknya remaja mengkonsumsi makanan yang sesuai kebutuhan dan melakukan secara rutin (S3), yaitu sangat setuju sebanyak 16 (50.0%), dan ada 1 pernyataan negatif yang menjawab diatas 30% yaitu jika sudah merasakan tumbuh kembang postur tubuh yang berlebihan, makan dijamin saja (S8) yaitu sangat tidak setuju sebanyak 12 (37,5%).

Sedangkan hasil posttest, Ada 3 pernyataan positif yang menjawab diatas 70% yaitu Sebaiknya remaja mengkonsumsi makanan yang sesuai kebutuhan dan melakukan secara rutin (S3), yaitu sangat setuju sebanyak 23 (71.9%), Obesitas dipengaruhi oleh Pola makan yang berlebihan (S5) yaitu sangat setuju sebanyak 24 (75.0%), Obesitas merupakan Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan (S1) yaitu sangat setuju sebanyak 25 (78.1%), sedangkan pernyataan negatif ada 2 pernyataan yang menjawab diatas 70% yaitu Obesitas bukan masalah Kesehatan yang berbahaya (S2) yaitu sangat tidak setuju sebanyak 24 (75%), seharusnya sering mengkonsumsi makanan junkfood setiap hari seperti burger, pizza (S6) yaitu sangat tidak setuju sebanyak 26 (81,3%).sedentary Dapat disimpulkan dari hasil pretest sikap pada pernyataan positif

terdapat 30% sampel menjawab 3 pernyataan sangat setuju. Pada pernyataan negatif terdapat 30% sampel menjawab 1 pernyataan sangat tidak setuju. Sedangkan dari hasil posttest pernyataan positif terdapat 70% sampel menjawab 3 pernyataan sangat setuju. Pada pernyataan negatif terdapat 70% sampel menjawab 2 pernyataan sangat tidak setuju. Menunjukkan bahwa sudah ada peningkatan dari hasil posttest setelah melakukan penyuluhan menggunakan media video animasi.

Penyuluhan	N	Rata – rata	Minimal	Maksimal
Pre-Test	32	39.53	31	45
Post-Test	32	51,19	41	56

Tabel 5. Rata – Rata Sikap responden sebelum dan sesudah intervensi

Table diatas menunjukkan bahwa rata – rata skor sikap sebelum melakukan penyuluhan dengan media animasi adalah 39.53 dengan nilai minimal 31 dan maksimal 45. Rata – rata skor sikap setelah melakukan penyuluhan dengan media animasi adalah 51,19 dengan nilai minimal 41 dan maksimal 56. Setelah melakukan penyuluhan terjadi peningkatan skor dengan selisih 11.66.

E. Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas menggunakan Media Animasi terhadap Pengetahuan pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Tingkat pengetahuan gizi remaja merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja. Sebagian besar kejadian masalah gizi lebih atau kurang dapat dihindari apabila remaja mempunyai ilmu pengetahuan dan sikap yang cukup tentang memelihara gizi dan mengatur makan (Meidiana et al., 2018b).

Hasil analisis pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan remaja obesitas kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam ditunjukkan dalam tabel 6.

Penyuluhan	N	Rata – rata	Std.deviasi	p Value
Skor Pengetahuan Pre-Test	32	10.09	2.205	0,000
Skor Pengetahuan Post-Test	32	13.25	1.503	

Tabel 6. Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Tabel diatas menunjukkan bahwa terlihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan menggunakan media animasi tentang obesitas dilakukan uji statistik menggunakan uji t-dependent diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan pada remaja. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistik dengan syarat $P<0,00$ maka H_{a1} diterima.

F. Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas menggunakan Media Animasi terhadap Sikap pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Hasil analisis Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas menggunakan Media Animasi terhadap Sikap pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Ditunjukkan dalam tabel 7.

Penyuluhan	N	Rata – rata	Std.deviasi	P Value
Skor Sikap Pre-Test	32	39.53	3.810	0,000
Skor Sikap Post-Test	32	51.19	3.864	

Tabel 7. Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Sikap Pada Remaja Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Tabel diatas menunjukkan bahwa terlihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan menggunakan media animasi tentang obesitas dilakukan uji statistik menggunakan uji T-Dependen diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap sikap pada remaja. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistik dengan syarat $P<0,00$ maka H_{a1} diterima.

PEMBAHASAN

Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi terhadap Pengetahuan pada Remaja kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan ada peningkatan rata – rata skor pengetahuan sampel sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 9.75

dengan standar deviasi 1.107. Rata-rata skor pengetahuan mengalami peningkatan setelah diberikan media animasi yaitu menjadi 13.28 dengan standar deviasi 1.276. Hasil statistik diperoleh dengan nilai signifikan diperoleh $p = 0,000 < p 0,05$ yang berarti ada perbedaan rata – rata hasil 31 penyuluhan gizi tentang obesitas terhadap pengetahuan pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fitriana dkk (2019) bahwa pemberian intervensi dengan media video dapat meningkatkan pengetahuan gizi dengan hasil $p = 0,000$.

Penelitian Hartati & Yuniart (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,000$) terhadap tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi. Penelitian lain menemukan adanya pengaruh pada hasil belajar siswa – siswi setelah diberikan intervensi dengan menggunakan media vidio animasi yang dimana mampu untuk menyampaikan edukasi dan menampilkan melalui gambar yang menarik dan sederhana sehingga mudah dipahami oleh responden.

Selain itu, hal ini sejalan dengan penelitian (Nurfitriani & Kurniasari, 2023) menunjukkan bahwa hasil $p=0,000$, yang artinya tingkat pengetahuan siswa kota purwakarta tentang gizi seimbang terhadap media animasi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan menggunakan media, baik media video animasi. Terdapat Kelebihan media video animasi yaitu dapat meningkatkan imajinasi dengan gambar yang bergerak – gerak dan penuh warna juga mudah dipahami dalam penyampaian informasi terhadap obesitas. sehingga responden menerima dan memahami (Alfarisy et al., 2019)

Menurut penelitian (Amelia et al., 2021) kelebihan menggunakan media vidio animasi menunjukkan bahwa adanya gambar animasi disertai dengan suara pada media vidio animasi dapat menjadi daya Tarik sehingga siswa – siswi lebih tertarik dan termotivasi untuk memperhatikan tayangan vidio secara langsung.

Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi terhadap Sikap pada Remaja kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan ada peningkatan rata – rata skor sikap sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 39.53 . dengan standar deviasi 3.810. Rata-rata skor sikap mengalami kenaikan setelah diberikan penyuluhan dengan media animasi yaitu menjadi 51,19 dengan standar deviasi 3.864. Berdasarkan uji

statistik didapatkan hasil bahwa ada perbedaan sikap siswa – siswi sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan tentang obesitas.

Hasil menunjukan bahwa terjadi peningkatan rata-rata sikap remaja sesudah diberikan penyuluhan. Dengan nilai signifikan diperoleh $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas terhadap sikap pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhanti et al., 2022) menyebutkan bahwa hasil uji statistik menunjukkan hasil $P\text{-value} = 0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh edukasi gizi dengan media video motion graphics terhadap sikap tentang obesitas remaja.

Adapun media video dapat menjadi referensi media edukasi karena memiliki beberapa kelebihan salah satunya adalah media yang simple dan menyenangkan, karena materi pembelajaran yang disampaikan dapat berupa gambar bergerak, dilihat dan didengar. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Azizah et al., 2021), hasil uji statistik diperoleh $P\text{-value} = 0,000$ bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap nilai sikap sebelum dan sesudah intervensi media animasi. Selain itu menurut penelitian (Fadila & Kurniasari, 2022) menyebutkan bahwa hasil uji statistik menunjukkan hasil $P\text{-value} = 0,000 < 0,05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95, yang artinya ada pengaruh video edukasi terhadap sikap tentang obesitas dikota Bengkulu.

Adapun metode diskusi kelompok yang menggunakan video animasi sebagai media pendidikan Kesehatan yang dapat meningkatkan hasil belajar karena melibatkan imajinasi, meningkatkan motivasi belajar dan evaluasi terhadap diri sendiri. Menurut penelitian (Syakir, 2018) menunjukkan bahwa terdapat ada pengaruh sikap sebelum dan sesudah diberi intervensi dengan menggunakan video animasi. Penggunaan media animasi dalam proses penyuluhan sangat membantu dalam meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses penyuluhan serta hasil penyuluhan meningkat. Selain itu media animasi dapat meningkatkan daya tarik, serta motivasi siswa dalam mengikuti proses penyuluhan.

Menurut penelitian (Nurfitriani & Kurniasari, 2023) Media video animasi merupakan contoh media yang dapat digunakan dalam penyampaian penyuluhan gizi karena media ini merupakan media informatif yang dapat membantu proses penyampaian informasi terkait obesitas. Melakukan penyuluhan menggunakan media ini dapat menarik perhatian remaja untuk mempelajari dan mempraktikan pentingnya pengetahuan dan sikap remaja terhadap obesitas

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Rata-rata skor pengetahuan sampel sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 9.75 dengan standar deviasi 1,107.
2. Rata-rata skor pengetahuan mengalami peningkatan setelah diberikan media animasi yaitu menjadi 13,28 dengan standar deviasi 1,276.
3. Rata-rata skor sikap sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 39.53 dengan standar deviasi 3,810
4. Rata-rata skor sikap mengalami peningkatan setelah diberikan penyuluhan dengan media animasi yaitu menjadi 51.19 dengan standar deviasi 3.864.
5. Terdapat pengaruh yang signifikan penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan remaja. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan $p=0,00$ $p=0,00$ $p<0,05$ maka H_{a1} diterima.
6. Terdapat pengaruh yang signifikan pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap sikap pada remaja .Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan $p=0,000$ $p<0,05$ maka H_{a2} diterima.

B. Saran

1. Bagi pihak sekolah agar dapat menggunakan media animasi sebagai media untuk melakukan penyuluhan mengenai gizi kepada siswasiswi yang ada di sekolah.
2. Bagi siswa-siswi agar dapat mengaplikasikan di kehidupan sehari-hari dan saling mengingatkan sesama teman agar menghindari pencegahan terjadinya obesitas dan serta hidup lebih sehat
3. Bagi peneliti selanjutnya bisa menggunakan metode edukasi dengan media animasi yang digunakan agar informasi yang akan disampaikan dapat diterima dengan mudah sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja obesitas.

UCAPAN TERIMKASIH

Saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah turut berkontribusi dalam penelitian jurnal ini. Penelitian ini tidak mungkin terwujud

tanpa dukungan, bimbingan, dan kolaborasi yang luar biasa dari berbagai pihak. Terima kasih kepada tim penelitian atas dedikasi dan kerja kerasnya. Setiap langkah yang diambil untuk menyusun metodologi, mengumpulkan data, dan menganalisis hasil merupakan upaya bersama yang sangat berarti. Saya menghargai kerja keras dan ketekunan setiap anggota tim. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing dan para ahli yang memberikan pandangan berharga dan saran konstruktif. Bimbingan mereka telah memberikan arahan yang sangat penting dalam merinci konsep, merancang penelitian, dan merumuskan temuan.

Tidak lupa, terima kasih kepada institusi pendidikan dan semua pihak yang telah menyediakan sumber daya dan dukungan finansial. Tanpa dukungan ini, penelitian ini tidak akan bisa dilakukan dengan semulus dan sebaik ini. Terima kasih juga kepada semua responden atau subjek penelitian yang telah bersedia berpartisipasi. Kerjasama mereka memberikan dimensi kebermaknaan bagi hasil penelitian ini. Akhir kata, terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang senantiasa memberikan dukungan moral dan motivasi. Kalian adalah pilar yang memberikan kekuatan di setiap langkah perjalanan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Amelia, t., kurniasari, r., gizi, p., kesehatan, f., & singaperbangsa karawang, u. (2021). Pengaruh penggunaan media video animasi dan scrapbook terhadap peningkatan pengetahuan obesitas pada remaja. In izido (vol. 13).
- Alfarisy, S., Agrina, & Lestari, W. (2019). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dampak Merokok. Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, 1(1), 1–9.
- Asmawati, n., icha dian nurcahyani, kurnia yusuf, fitri wahyuni, & st mashitah. (2021). Pengaruh penyuluhan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri smpn 1 turikale tahun 2020. Jurnal gizi dan kesehatan, 13(2), 22–30.
- Aspiawati, & 2018. (n.d.). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media video animasi terhadap pengetahuan remaja tentang hiv/aids di smk negeri 2 makassar skripsi diajukan untuk memenuhi salah satu syarat meraih gelar.

- Azhari, m. A., & fayasari, a. (2020). Pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan sikap dan perilaku sarapan serta konsumsi sayur buah. *Action: aceh nutrition journal*, 5(1), 55.
- Azizah, L. S., Permadi, M. R., Susindra, Y., & Purnasari, G. (2021). Pengaruh Pemberian Media Video Animasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Status Gizi Lebih Di SMAN 1 Pasirian Lumajang. *Harena: Jurnal Gizi*, 2(1), 7–13.
- Dan, p., tentang, s., bergizi, m., dan, s., bagi, a., sd, s., barat, c., selatan, j., suzana, v., haris, d., jurusan, d., poltekkes, k., & jakarta, k. (2018). Pengaruh penyuluhan dengan media animasi terhadap. In *quality jurnal kesehatan* (vol. 1, issue 1).
- Eza tama puspita, & 2021. (n.d.). Poltekkes kemenkes bengkulu program studi gizi dan dietetika program sarjana terapan jurusan gizi tahun 2021.
- Fadila, A. R., & Kurniasari, R. (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), 113–119.
- Fitriana, y., pratiwi, k., & sutanto, a. V. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku orang tua dalam melakukan kekerasan 36 verbal terhadap anak usia pra - sekolah. *Jurnal psikologi undip*, 14(1), 81–93.
- Fitriani, s. D., umamah, r., rosmana, d., rahmat, m., & mulyo, g. P. E. (2019). Penyuluhan gizi dengan media motion video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. *Jurnal riset kesehatan poltekkes depkes bandung*, 11(1), 97–104.
- Hartati, y., & yuniarti, h. (2020). Upaya peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri dengan menggunakan video animasi di sma negeri 6 palembang. *Jurnal pengabdian masyarakat sasambo*, 2(1), 125–128.
<https://doi.org/10.32807/jpms.v2i1.682>
- Indraswari, s. H. (2019). Pengaruh pendidikan gizi dengan poster dan kartu gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang gizi seimbang di sdn plosor i-172 surabaya. *The indonesian journal of public health*, 14(2), 216–227.

- Khoirunnisa, t., & kurniasari, r. (2022). Pengaruh edukasi melalui media pada kejadian overweight dan obesitas: literature review. *Prepotif: jurnal kesehatan masyarakat*, 6(2), 1212–1217.
- Kubillawati, s., sabaruddin, e. E., & aprianda, n. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang obesitas pada remaja. *Jurnal kesehatan dan kebidanan (journal of health and midwifery)*, 11(1), 1–11.
- Kurniati, y., jafar, n., & indriasari, r. (2019). Pendidikan gizi dan gaya hidup remaja obesitas.
- Lihayati, a. S., jurusan, m., & masyarakat, i. K. (2019). Pengaruh media komik terhadap pengetahuan tentang sarapan pada siswa sdn padangsari 02. In *sport and nutrition journal* (vol. 1, issue 1). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/>
- Lutfah, h. (2018). Gambaran faktor-faktor yang menyebabkan kejadian obesitas pada remaja. *Prosiding hefa (health events for all)*.
- Marfuah, d., & kusudaryat, d. P. D. (2017). Efektifitas edukasi gizi terhadap perbaikan asupan zat besi pada remaja putri. *Profesi (profesional islam) : media publikasi penelitian*, 14(1), 5–9.
- Masturoh, I., & Nauri, A. T. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Meidiana, r., simbolon, d., wahyudi, a., gizi, j., & kesehatan kemenkes bengkulu, p. (2018a). Pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. In *jurnal kesehatan* (vol. 9, issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/jk478> 37
- Meidiana, r., simbolon, d., wahyudi, a., gizi, j., & kesehatan kemenkes bengkulu, p. (2018b). Pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. In *jurnal kesehatan* (vol. 9, issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/jk478>
- Meiza puteri, u., & amos, j. (2020). Pengaruh media teka teki silang dalam penyuluhan overweight dan obesitas terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa kelas x man 1 kota padang tahun 2022 the effect of cross puzzle media in overweight

- and obesity extension on increasing knowledge and attitude of students of class x man 1 city of padang in 2022.
- Miristia, v. (2018). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di smp dharma pancasila medan.
- Mukhammad aminudin, & 2017. (n.d.). Fkm. 290-16 feb h.
- Nanda ratih, & 2017. (n.d.). Pengaruh penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media film animasi terhadap. Retrieved july 13, 2022, from <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16615/131000586.pdf?Sequence=1&isallowed=y>
- Ngangi, f. R., kawengian, s. E. S., & bolang, a. S. L. (2018). Hubungan antara praktek gizi seimbang dengan kadar hemoglobin mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2013 fk unsrat. Jurnal ebiomedik, 2(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.2.1.2014.3681>
- Nurfitriani, j., & kurniasari, r. (2023). Edukasi gizi menggunakan media video animasi dan poster terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja. Media publikasi promosi kesehatan indonesia (mppki), 6(3), 503–506.
- Pera piana 2021,. (n.d.).
- Ramadhanti, f. M., sulistyowati, e., & jaelani, m. (2022). Pengaruh edukasi gizi dengan media video motion graphics terhadap pengetahuan dan sikap tentang obesitas remaja. Jurnal gizi, 11(1), 22–31.
- Rika kurniagustina, & 2018. (n.d.). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi fast food dengan obesitas siswa kelas v sdn 01 kalisari jakarta timur tahun 2018.
- Rusdi, f. Y., helmizar, h., & rahmy, h. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di sman 2 padang. Journal of nutrition college, 10(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>
- Supriyanto, a. (2018). Obesitas, faktor penyebab dan bentuk-bentuk terapinya. Fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri yogyakarta: yogyakarta.

- Suryani, d., hafiani, r., & junita, r. (2017). Analisis pola makan dan anemia gizi besi pada remaja putri kota Bengkulu. Jurnal kesehatan masyarakat andalas, 10(1), 11. <https://doi.org/10.24893/jkma.v10i1.157>
- Syakir, S. (2018). Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri. ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan), 3(1), 18–25.
- Tatirah, & mukharomah, r. (2019). Hubungan antara tingkat pengetahuan sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas. Jurnal ilmiah kesehatan ibu dan anak, 2(2), 63–68.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2018). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Novriani Tarigan, Urbanus Sihotang (2022). Spss Bidang Gizi Teori dan Praktik wineka media : isbn 978-623-437-015-7. <http://www.winekamedia.com>
- Zulferi, siti syafita, & marni handayani. (2020). Gizi menggunakan media flipchart. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>