

EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI MELALUI MEDIA VIDEO DAN MOTION GRAPHIC TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI MENGENAI OBESITAS PADA REMAJA DI MTS DARUL IHSAN

Miratunnisa^{1*}, Satriani², Amiruddin³

Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia^{1,2,3}

*Corresponding Author : ratunisa.btg@gmail.com

ABSTRAK

Obesitas terjadi saat tubuh mengandung terlalu banyak lemak, yang bisa berakibat buruk pada kesehatan. Dampaknya meliputi penurunan masa hidup sehat dan munculnya masalah kesehatan. Fakta menunjukkan peningkatan obesitas pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia, dari 2,5% (2013) menjadi 4,8% (2018). Di Kalimantan Timur, obesitas remaja mencapai 7,1% berdasarkan data Riskesdas. Di Kota Samarinda, angka ini lebih tinggi, yaitu 9,03%, menduduki peringkat kedua. Studi ini bertujuan mencegah obesitas remaja dengan edukasi gizi melalui video dan *motion graphic* demi daya tarik yang lebih tinggi. Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video dan *Motion Graphic* Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Mengenai Obesitas Pada Remaja Di MTS Darul Ihsan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis *Quasy Experiment* dan pendekatan *Pre-Post Test With Control Group Design*. Populasi sebanyak 143 siswa dipilih melalui metode *Non Probability Sampling* dengan *Purposive Sampling* didapati sampel sebanyak 58 siswa kelas 8. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan media edukasi berupa *Motion Graphic*. Data dianalisis *univariat* dan *bivariat*, serta diuji menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank* dan Uji *Mann-Whitney*. Hasil analisis menunjukkan tidak ada perbedaan rata-rata efektivitas penyampaian informasi melalui media video dan *motion graphic* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja mengenai obesitas, dengan nilai *p-value* pada uji *Mann-Whitney* ($p\text{-value} > 0.05$).

Kata kunci : obesitas, pendidikan gizi, pengetahuan, remaja, sikap

ABSTRACT

Obesity occurs when the body contains too much fat, which can have bad effects on health. Facts show an increase in obesity in adolescents aged 13-15 years in Indonesia, from 2.5% (2013) to 4.8% (2018). In East Kalimantan, adolescent obesity reached 7.1% based on Riskesdas data. In Samarinda City, this figure is higher, namely 9.03%, ranking second. This study aims to prevent adolescent obesity by providing nutritional education through videos and motion graphics for greater appeal. The aim of this research is to determine the effectiveness of nutrition education through video and motion graphic media on changes in nutritional knowledge and attitudes regarding obesity in adolescents at MTS Darul Ihsan. This research uses a quantitative method with the *Quasy Experiment* type and a *Pre-Post Test With Control Group Design* approach. A population of 143 students was selected using the *Non Probability Sampling* method with *Purposive Sampling* and found a sample of 58 grade 8 students. The research instrument was a questionnaire and educational media in the form of *Motion Graphics*. Data were analyzed *univariately* and *bivariately*, and tested using the *Wilcoxon Signed Rank Test* and *Mann-Whitney Test*. The results of the analysis show that there is no difference in the average effectiveness of conveying information through video and motion graphic media on changes in teenagers' knowledge and attitudes regarding obesity, with a *p-value* in the *Mann-Whitney* test ($p\text{-value} > 0.05$).

Keywords : obesity, nutrition education, knowledge, adolescents, attitudes

PENDAHULUAN

Asupan makanan yang sehat sangat penting bagi kesejahteraan tubuh. Nutrisi dari makanan tidak hanya memengaruhi daya tahan tubuh dan risiko terkena penyakit, tetapi juga

pertumbuhan fisik dan keseimbangan emosi. Dengan menjaga pola makan yang baik, kita dapat mengurangi risiko sakit, kecacatan, dan bahkan kematian. Upaya untuk meningkatkan status gizi masyarakat dilakukan dengan cara memperbaiki pengetahuan dan sikap terhadap makanan, memperbaiki jenis makanan yang dikonsumsi, memudahkan akses terhadap makanan berkualitas, serta meningkatkan pelayanan kesehatan sesuai dengan perkembangan ilmu dan teknologi. Semua ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat secara keseluruhan (Kemenkes, 2015).

Selama kita menjalani kehidupan, masalah terkait gizi bisa muncul di berbagai tahapan (Umar, 2021). Obesitas merupakan kondisi dimana lemak dalam tubuh bertambah berlebihan dan menumpuk dengan cara yang merugikan bagi kesehatan, yang bisa mengakibatkan penurunan harapan hidup atau timbulnya berbagai masalah kesehatan (Yahya, 2018). Obesitas muncul ketika asupan kalori ke dalam tubuh melebihi jumlah yang dikeluarkan melalui aktivitas yang berhubungan dengan energi. Akibatnya, kelebihan energi ini disimpan sebagai trigliserida di dalam jaringan adiposa (Hastuti, 2018).

Kelebihan berat badan yang dikenal sebagai obesitas merupakan persoalan kesehatan global yang memerlukan perhatian serius (Kemenkes RI, 2017). Obesitas memainkan peran yang signifikan dalam meningkatkan tingkat penyakit dan kematian (Butler et al., 2015). Faktor penyebab obesitas sangat beragam (Rosengren et al., 2015), termasuk faktor genetik (Butler et al., 2015), kurangnya aktivitas fisik (Soltani et al., 2017), kebiasaan makan yang tidak sehat, pola makan yang tidak teratur, serta porsi makan yang berlebihan (Nurwanti et al., 2018), dan faktor lingkungan (Pengpid & Peltzer, 2017). Obesitas memiliki potensi untuk meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah kesehatan (Pujilestari et al., 2019), termasuk gangguan kardiovaskular, Diabetes Mellitus tipe 1 dan 2, asma, hipertensi, masalah tulang, gangguan tidur, disfungsi seksual, dan juga gangguan hormon (Susiyadi & Siti, 2016).

Obesitas merupakan salah satu masalah gizi yang dapat terjadi pada masa remaja (Adriani, 2016). Masa remaja adalah masa rentan gizi karena beberapa alasan. Perubahan kebiasaan makan di kalangan remaja disebabkan oleh penyebaran globalisasi (Aini, 2013). Angka kegemukan di seluruh dunia hampir tiga kali lipat lebih tinggi sekarang daripada pada tahun 1975, menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018. *The New England Journal of Medicine* melaporkan bahwa pada tahun 2015, sekitar 107 juta anak dari segala usia mengalami kegemukan. Mereka menyatakan bahwa angka kegemukan ini meningkat saat mencapai usia 14 tahun ke atas, dan obesitas telah menyebabkan sekitar 4 juta kematian di semua kelompok usia. Berdasarkan data Riskesdas, di Indonesia, jumlah remaja berusia 13-15 tahun yang mengalami obesitas telah meningkat dari 2,5% pada tahun 2013 menjadi 4,8% pada tahun 2018. Di provinsi Kalimantan Timur, data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) mengungkapkan bahwa sekitar 7,1% individu muda berusia 13-15 tahun menghadapi obesitas, melampaui rata-rata nasional yang dilaporkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019. Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur juga mencatat bahwa Kota Samarinda menduduki peringkat kedua dalam jumlah penderita obesitas, dengan angka prevalensi sekitar 9,03% menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019. Berdasarkan hasil penjarangan kesehatan peserta didik oleh Dinas Kesehatan Kota Samarinda tahun 2021, daerah Pasundan menempati urutan pertama penderita obesitas dengan jumlah 35 siswa (Dinas Kesehatan Kota Samarinda, 2021). Di wilayah kerja Puskesmas Pasundan didapatkan hasil prevalensi obesitas tertinggi terjadi pada MTS Darul Ihsan (Dinas Kesehatan Kota Samarinda, 2021). Pengetahuan mengenai gizi memiliki peran penting dalam memengaruhi terjadinya masalah gizi berlebih pada remaja. Kurangnya pengetahuan gizi pada remaja dapat menyebabkan mereka kesulitan dalam memilih makanan yang sehat. Pengetahuan yang kurang dalam hal gizi dapat berkontribusi pada kurangnya pemahaman tentang pilihan makanan bergizi. Namun, jika

remaja memiliki pengetahuan yang memadai mengenai gizi, hal ini dapat membentuk kebiasaan positif terkait pilihan makanan (Suryasaputra dkk, 2012).

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan ini adalah melalui pendidikan kesehatan, sebagaimana disarankan oleh Ma'mumah (2015). Dalam upaya ini, penting untuk mempertimbangkan cara penyampaian yang menarik dan tidak membuat bosan. Oleh karena itu, pendidikan mengenai gizi dapat disajikan melalui media-media yang menarik seperti video dan *motion graphic*, hal ini bertujuan untuk menjaga minat remaja agar materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Video penyuluhan ialah sarana berupa gambar bergerak yang bisa digunakan untuk menyampaikan pengetahuan kepada khalayak umum. Proses pembelajaran yang memanfaatkan unsur tampilan visual, pendengaran, dan gambar bergerak dapat menghasilkan pencapaian yang lebih sukses serta meningkatkan proses dan hasil belajar (Mawan dkk., 2017). Di sisi lain, *motion graphic* merupakan hasil kreatif berupa desain atau gabungan animasi yang berasal dari unsur tampilan visual, menggabungkan bahasa, perfilman, dan desain grafis. *Motion graphic* mengombinasikan komponen seperti gambar 2D/3D, animasi, elemen film, pencetakan, video, musik, fotografi, dan ilustrasi (Ningsih & Srimati, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Indah, dkk (2021) dari Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta mengungkapkan bahwa pemanfaatan media video efektif meningkatkan pemahaman dan cara pandang mahasiswa mengenai asupan buah dan sayur di Dayah Terpadu Inshafuddin. Hasil penelitian ini dikuatkan dengan nilai p-value di bawah 0,05. Lebih lanjut, pada tahun 2019, Sania bersama timnya dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung menemukan bahwa pemanfaatan *motion graphic* juga memiliki efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan sarapan bagi siswa Sekolah Dasar. Hasilnya signifikan dengan nilai p-value yang kurang dari 0,05. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Christin dan rekannya pada tahun 2019 di Universitas Malahayati Bandar Lampung memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa media animasi lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai gizi seimbang untuk balita nilai p-value < 0,05. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan gizi melalui media video dan *motion graphic* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi mengenai obesitas pada remaja di MTS Darul Ihsan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis *Quasy-Experimental Study*, yang menerapkan rancangan *Pre-Post Test With Control Group*. Penelitian ini dilakukan di MTS Darul Ihsan pada tanggal 01 s/d 08 Maret 2023. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah Non Probability Sampling dengan metode *Purposive Sampling*. Populasi sebanyak 143 siswa dipilih melalui metode *Non Probability Sampling* dengan *Purposive Sampling* didapati sampel sebanyak 58 siswa kelas 8. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan media edukasi berupa *Motion Graphic*. Proses analisis data mencakup analisis tunggal serta analisis perbandingan, di mana uji statistik dilakukan menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan Uji *Mann-Whitney*.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis tabel 1 didapatkan dari 58 responden yang terdiri dari kelas 8A dan 8D pada media video menunjukkan bahwa sebaran usia sebagian besar ada pada usia 14 tahun yaitu sebanyak 17 siswa (58,6%) begitupun pada *motion graphic* sebaran usia sebagian besar pada usia 14 tahun sebanyak 15 siswa (51,7%). Pada karakteristik jenis

kelamin media video jumlah siswa sebagian besar adalah berjenis kelamin perempuan yaitu 15 siswa (51,7%) begitupun jumlah siswa pada media *motion graphic* jumlah siswa sebagian besar juga perempuan yaitu 16 siswa (55,2%). Pada karakteristik media massa sebagai penyebaran informasi obesitasi pada media video sebagian besar diketahui siswa melalui *social media* yaitu sebanyak 18 siswa (62,1%), begitupula pada *motion graphic* sebagian besar diketahui oleh siswa melalui *social media* sebanyak 16 siswa (55,2%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok				Total	
	Kontrol		Perlakuan		n	%
	n	%	n	%		
Usia Responden (n = 29)						
13 tahun	11	37,9	8	27,6	19	32,7
14 tahun	17	58,6	15	51,7	32	55,2
15 tahun	1	3,4	6	20,7	7	12,1
Jenis Kelamin (n = 29)						
Laki-laki	14	48,3	13	44,8	27	46,5
Perempuan	15	51,7	16	55,2	31	53,4
Media Massa (n = 29)						
Media Cetak	1	3,4	4	13,8	5	8,6
Sosmed	18	62,1	16	55,2	34	58,6
TV	0	0	1	3,4	1	1,7
Radio	0	0	0	0	0	0
Lain-lain	7	24,1	1	3,4	8	13,8
Tidak Pernah	3	10,3	7	24,1	10	17,2
Jumlah	29	100	29	100	58	100

Gambaran Pengetahuan Responden mengenai Obesitas Sebelum Diberikan Pendidikan Gizi

Tabel 2. Distribusi Kriteria Pengetahuan Sebelum diberikan Media Video dan *Motion Graphic* pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

Kriteria Pengetahuan	Kelompok			
	Kontrol		Perlakuan	
	<i>Pre-test</i>	%	<i>Pre-test</i>	%
Baik	16	55,2	14	48,3
Cukup	12	41,4	14	48,3
Kurang	1	3,4	1	1
Jumlah	29	100	29	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi kriteria pengetahuan sebelum penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi hampir setengah siswa yaitu 12 siswa (41,4%) masih berada pada kategori cukup, pada kategori baik sebagian besar 16 siswa (55,2%) dan sebagian kecil termasuk dalam kategori kurang sebanyak 1 orang (3,4%). Sedangkan untuk kelompok perlakuan sebagian besar termasuk kategori baik dan cukup masing-masing sebanyak 14 siswa (48,3%) sebagian kecil termasuk kategori kurang sebanyak 1 orang (1%).

Gambaran Pengetahuan Responden mengenai Obesitas Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi

Tabel 3. Distribusi Kriteria Pengetahuan Sesudah diberikan Media Video dan *Motion Graphic* pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

Kriteria Pengetahuan	Kelompok			
	Kontrol		Perlakuan	
	<i>Post-test</i>	%	<i>Post-test</i>	%
Baik	29	100	29	100
Cukup	0	0	0	0
Kurang	0	0	0	0
Jumlah	29	100	29	100

Berdasarkan tabel 3 distribusi kriteria pengetahuan menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sesudah diberikan intervensi seluruhnya termasuk kategori baik yaitu 29 siswa (100%), begitupun pada kelompok kontrol sesudah diberikan intervensi juga masuk pada kategori baik sebanyak 29 siswa (100%).

Gambaran Sikap Responden mengenai Obesitas Sebelum Diberikan Pendidikan Gizi

Tabel 4. Distribusi Nilai Sikap Sebelum diberikan Media Video dan *Motion Graphic* pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

Kriteria Sikap	Kelompok			
	Kontrol		Perlakuan	
	<i>Pre-test</i>	%	<i>Pre-test</i>	%
Baik	2	6,9	0	0
Cukup	21	72,4	22	75,9
Kurang	6	20,7	7	24,1
Jumlah	29	100	29	100

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa sebelum penelitian dilakukan, sebagian besar siswa dalam kelompok kontrol menunjukkan sikap yang tergolong baik, dengan jumlah mencapai 21 siswa (72,4%). Sejumlah kecil, yakni 6 siswa (20,7%), menunjukkan sikap kurang, sementara hanya 2 siswa (6,9%) yang termasuk dalam kategori sikap baik. Pada kelompok perlakuan, mayoritas siswa juga menunjukkan sikap yang tergolong baik, yakni 22 siswa (75,9%), sedangkan tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sikap baik. Terdapat 7 siswa (24,1%) dalam kelompok perlakuan yang menunjukkan sikap kurang.

Gambaran Sikap Responden mengenai Obesitas Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi

Tabel 5. Distribusi Nilai Sikap Sesudah diberikan Media Video dan *Motion Graphic* pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

Kriteria Sikap	Kelompok			
	Kontrol		Perlakuan	
	<i>Post-test</i>	%	<i>Post-test</i>	%
Baik	29	100	29	100
Cukup	0	0	0	0
Kurang	0	0	0	0
Jumlah	29	100	29	100

Berdasarkan tabel 5 distribusi nilai sikap menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sesudah diberikan intervensi seluruhnya termasuk kategori baik yaitu 29 siswa (100%), begitupun pada kelompok kontrol sesudah diberikan intervensi juga masuk pada kategori baik sebanyak 29 siswa (100%).

Analisis Perubahan Pengetahuan Mengenai Obesitas Pada Remaja di MTS Darul Ihsan Melalui Pendidikan Gizi

Tabel 6. Perubahan Rata-Rata Nilai Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test* pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Variabel	Kelompok	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Selisih	<i>p-value</i>
Pengetahuan	Perlakuan	67,21	97,83	30,62	0,000*
	Kontrol	69,34	94,45	25,11	0,000*

Berdasarkan hasil tabel 6 dapat diketahui bahwa kelompok perlakuan sebelum diberikan *motion graphic* rata-rata mendapatkan nilai pengetahuan sebesar 67,21 akan tetapi setelah dilakukan pendidikan gizi dengan *motion graphic* mengalami peningkatan pengetahuan siswa sebanyak 30,62 menjadi 97,83. Dalam penelitian ini, dilakukan uji *statistik Wilcoxon* untuk melihat bagaimana pengetahuan tentang nutrisi berubah sebelum dan setelah kelompok yang mendapatkan *motion graphic* dijadikan perlakuan. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa nilai p yang ditemukan adalah 0.000, yang menandakan bahwa terdapat perubahan yang signifikan dalam pengetahuan tentang nutrisi setelah kelompok tersebut diberikan *motion graphic*. Sementara itu, pada kelompok kontrol, terlihat bahwa sebelum diberikan media video pembelajaran tentang gizi, nilai rata-rata pengetahuan adalah 69,34. Setelah pemberian media video, pengetahuan meningkat sebesar 25,11 poin menjadi 94,45. Uji *statistik Wilcoxon* pada kelompok kontrol juga menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya perubahan pengetahuan gizi yang signifikan setelah diberikan media video pembelajaran.

Analisis Perubahan Sikap Mengenai Obesitas Pada Remaja di MTS Darul Ihsan Melalui Pendidikan Gizi

Tabel 7. Perubahan Rata-Rata Nilai Sikap *Pre-Test* dan *Post-Test* pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Variabel	Kelompok	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Selisih	<i>p-value</i>
Sikap	Perlakuan	50,24	97,38	47,14	0,000*
	Kontrol	51,59	93,55	41,96	0,000*

Berdasarkan hasil tabel 7 dapat diketahui bahwa kelompok perlakuan sebelum diberikan *motion graphic* nilai sikap siswa sebesar 50,24 akan tetapi setelah dilakukan pendidikan gizi dengan *motion graphic* mengalami peningkatan nilai sikap siswa sebanyak 47,14 menjadi 97,38. Hasil dari pengujian statistik menggunakan metode *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa nilai *p-value* yang diperoleh adalah 0,000, atau lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05. Ini mengindikasikan bahwa terjadi perubahan yang signifikan dalam sikap siswa sebelum dan setelah mereka diberikan pengajaran berupa *motion graphic*.

Di sisi lain, pada kelompok kontrol terlihat bahwa sebelum diberikan media video, nilai sikap siswa adalah 51,59. Setelah diberikan pendidikan gizi dalam bentuk media video, nilai sikap meningkat menjadi 93,55 dari 41,96. Pengujian *statistik Wilcoxon* pada kelompok kontrol juga menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05. Ini menandakan terjadi perubahan sikap siswa sebelum dan setelah mendapatkan media video.

Analisis Perbedaan Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video dan *Motion Graphic* Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Mengenai Obesitas pada Remaja di MTS Darul Ihsan

Tabel 8. Perbedaan Rata-Rata Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol

Variabel	Kelompok	Mean Rank	p-value
Pengetahuan	Perlakuan	29,50	1,000
	Kontrol	29,50	
Sikap	Perlakuan	29,50	1,000
	Kontrol	29,50	

Berdasarkan hasil tabel 8. dapat diketahui bahwa pada pengetahuan dan sikap gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol sama-sama memberikan hasil uji statistik *Mann Whitney* nilai *p-value* > 0,05 dimana menandakan hipotesis H0 gagal ditolak berarti tidak terdapat perbedaan rata-rata antara efektifitas yang diberikan media video dan *motion graphic* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja mengenai obesitas. Hasil ini menandakan bahwa dari variabel pengetahuan dan sikap sama-sama memberikan hasil yang efektif terlihat bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata dan juga hasil nilai siswa baik pengetahuan dan sikap sama-sama memberikan hasil yang baik sehingga kedua variabel yang diberikan perlakuan dan kontrol bisa disimpulkan efektif dalam Pendidikan gizi melalui *motion graphic* maupun media video mengenai obesitas.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik individu yang menjadi subjek penelitian ini mencakup rentang usia, jenis kelamin, dan media massa. Untuk mengidentifikasi ciri-ciri tersebut digunakan suatu kuesioner. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa mayoritas responden berusia antara 13-14 tahun, baik dalam kelompok yang diberi perlakuan khusus maupun kelompok kontrol. Di kelompok yang menerima perlakuan khusus, sebagian besar berusia 14 tahun, yakni 15 siswa (51,7%). Sementara itu, di kelompok kontrol, mayoritas juga berusia 14 tahun, dengan jumlah 17 siswa (58,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah (2021) dimana mayoritas sampel berusia 13-14 tahun yaitu untuk media video sebanyak 22 siswa dan media poster sebanyak 17 siswa. Pada penelitian (Mutmainnah, 2021) usia remaja menjadi periode rentan gizi yang salah satunya adalah gizi berlebih/obesitas. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut sering dijumpai berat badan yang relatif berlebihan bila dibandingkan dengan usia atau tinggi badan remaja sebaya yang mengakibatkan penimbunan lemak yang berlebihan sehingga menjadi obesitas.

Umur seseorang memiliki pengaruh terhadap kemampuan menangkap informasi, cara berpikir, dan pengetahuan yang dimilikinya. Ketika seseorang semakin tua, kemampuan untuk memahami hal-hal menjadi lebih baik dan cara berpikirnya pun lebih matang, sehingga pengetahuannya juga meningkat. Selain itu, usia juga mencerminkan kematangan fisik, mental, dan sosial seseorang yang berpengaruh pada bagaimana mereka belajar dan mengajar (Suwaryo, 2017). Menurut asumsi peneliti, pada usia 13-14 tahun, remaja sudah mampu berpikir secara kritis dan berdiskusi untuk mengembangkan pemahaman tentang diri mereka dan lingkungan sekitarnya. Pengetahuan yang meningkat mengenai kesehatan pada usia ini dapat membantu menciptakan generasi yang sehat dan berprestasi. Namun, pada usia 13-14 tahun, perhatian khusus perlu diberikan pada masalah gizi, terutama obesitas, karena dapat mempengaruhi kesehatan dan pertumbuhan mereka di masa dewasa.

Kemudian berdasarkan karakteristik jenis kelamin menunjukkan baik kelompok

perlakuan maupun kontrol hamper seluruhnya berjenis kelamin perempuan. Pada kelompok perlakuan Sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 16 siswa (55,2%) sedangkan untuk kelompok kontrol sebagian besar juga perempuan yaitu 15 siswa (51,7%). Hal ini sejalan dengan hasil karakteristik responden penelitian Indah (2021) yang menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan menjadi mayoritas dari dua kelompok media intervensi yaitu media video sebanyak 17 siswa dan media poster 15 siswa. Obesitas pada remaja bisa terjadi pada siapa saja, baik itu laki-laki maupun perempuan. Tetapi ada perbedaan dalam seberapa umumnya dan faktor-faktor risikonya antara kedua jenis kelamin ini. Ini mengindikasikan bahwa ada dasar biologis yang menyebabkan perilaku yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Dari segi biologis, tampaknya dapat diterima bahwa ada perbedaan dalam pola perilaku karena perbedaan disposisi bawaan (Notoatmodjo, 2012).

Menurut asumsi peneliti, karakter laki-laki dan perempuan sangat berbeda, begitu pula dengan cara berfikirnya. Pada saat penelitian, peneliti melihat responden perempuan lebih aktif dalam menggali informasi dibandingkan responden laki-laki. Berdasarkan karakteristik media massa menunjukkan pada kelompok perlakuan Sebagian besar menerima informasi melalui media massa *social media* yaitu sebanyak 16 siswa (55,2%), sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar juga menerima informasi melalui media massa *social media* yaitu sebanyak 18 siswa (62,1%). Menurut penelitian (Kurdanti, 2015) juga mengungkapkan bahwa media massa memiliki peran besar dalam membentuk pandangan tentang standar kecantikan seiring berjalannya waktu, dan pandangan negatif masyarakat terhadap remaja yang mengalami obesitas mulai berkurang.

Salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan dan sikap kita adalah media massa. Media ini bisa membentuk pandangan kita melalui informasi yang kita terima, membentuk dasar pengetahuan baru, dan berpengaruh besar terhadap pandangan dan keyakinan kita (Azwar, 2012). Berdasarkan perkiraan peneliti, kebanyakan siswa saat ini sudah memiliki *smartphone* yang memudahkan mereka mengakses informasi melalui media sosial.

Gambaran Pengetahuan Responden mengenai Obesitas Sebelum Diberikan Pendidikan Gizi

Pada hasil penelitian berdasarkan nilai pengetahuan pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi hampir setengah siswa masuk pada kategori cukup (41,4%) dan Sebagian besar masuk pada kategeori baik yaitu 55,2% dan masih terdapat 1 siswa masuk pada kategori kurang. Begitupun pada kelompok perlakuan sebagian besar termasuk kategori baik dan cukup masing-masing sebanyak 14 siswa (48,3%) sebagian kecil termasuk kategori kurang sebanyak 1 orang (1%). Yang menemukan bahwa sebelum mendapatkan intervensi atau edukasi berbasis media, mayoritas siswa sudah memiliki pemahaman yang memuaskan mengenai obesitas. Meskipun demikian, hanya sebagian kecil siswa yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang topik ini. Dalam konteks intervensi berupa video animasi, sebanyak 9 orang (60%) masuk dalam kategori pengetahuan yang memadai, sementara pada kelompok yang menerima informasi melalui scrapbook terdapat 8 orang yang masuk dalam kategori pengetahuan yang baik.

Pengetahuan memiliki hubungan yang erat dengan kebenaran, yakni sejauh mana pengetahuan yang dimiliki manusia sesuai dengan realitas yang ada dalam objek yang dipelajari (Endraswara, 2012). Oleh karena itu, pengetahuan yang ada sebelum intervensi berperan penting dalam menentukan apakah hasil intervensi selanjutnya akan membawa peningkatan pengetahuan yang lebih baik atau tidak. Menurut asumsi peneliti, Adanya siswa yang kurang pengetahuan bisa dikarenakan belum pernah mendapatkan informasi maupun penyuluhan tentang apa itu obesitas, faktor-faktor penyebab obesitas, dampak dari obesitas dan cara mencegah obesitas. Namun, karena karakteristik responden sebagian besar sudah mengetahui obesitas melalui *social media* yang akhirnya membuat hasil penelitian sebelum

diberikan pendidikan gizi sebagian besar berada pada kategori cukup dan baik.

Gambaran Pengetahuan Responden mengenai Obesitas Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi

Pada hasil penelitian menunjukkan setelah diberikan Pendidikan gizi meningkat dimana seluruhnya 29 siswa (100%) sesudah dilakukan Pendidikan gizi pada kelompok kontrol atau media video. Sedangkan pada kelompok perlakuan setelah diberikan Pendidikan gizi meningkat seluruhnya sebanyak 29 siswa (100%) sesudah dilakukan intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah (2021) menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan pada kelompok poster dan video pengetahuan siswa meningkat dengan rata-rata pengetahuan Sebagian besar 63,3% kemudian setelah penyuluhan pengetahuan siswa meningkat hampir seluruhnya 83,6%.

Pengetahuan adalah informasi yang berasal dari pengalaman pribadi. Memiliki pengetahuan yang berharga dapat mempengaruhi tindakan konstruktif. Penggunaan alat pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan seseorang (Ma'mumah, M, 2015). Menurut asumsi peneliti, meningkatnya nilai pengetahuan responden mengenai obesitas dikarenakan pemberian intervensi pendidikan gizi menggunakan media video maupun *motion graphic*. Pada saat pemberian intervensi, responden terlihat sangat tertarik dengan media yang diberikan. Responden juga aktif bertanya mengenai obesitas. Maka dari itu terdapat perubahan pengetahuan menjadi lebih baik.

Gambaran Sikap Responden mengenai Obesitas Sebelum Diberikan Pendidikan Gizi

Pada hasil penelitian berdasarkan nilai sikap pada kelompok kontrol sebelum penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa dalam kelompok kontrol menunjukkan sikap yang tergolong cukup. Terdapat 21 siswa (72,4%) yang berada dalam kategori ini. Sementara itu, ada sejumlah kecil siswa, yaitu 6 siswa (20,7%), yang memiliki sikap kurang, dan hanya 2 siswa (6,9%) yang termasuk dalam kategori baik. Di sisi lain, dalam kelompok perlakuan, mayoritas siswa juga memiliki sikap yang tergolong cukup, dengan jumlah sebanyak 22 siswa (75,9%). Tidak ada siswa yang memenuhi kriteria kategori baik dalam kelompok ini. Terdapat 7 siswa (24,1%) yang termasuk dalam kategori kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yaitu Ramadhanti (2022) dimana hasil penelitian sebelum pemberian intervensi atau edukasi berbasis media sebagian besar subyek termasuk kategori sikap yang cukup dan kurang yaitu pada kelompok perlakuan sikap sebelum mayoritas mendapatkan skor diatas 70 yaitu 87,5% dan control 79,2% namun masih terdapat siswa yang masuk pada kategori kurang yang 12,5% dan 20,8%.

Sikap merupakan suatu respons mandiri individu terhadap stimulus atau objek tertentu, yang melibatkan pendapat dan faktor emosional terkait, sehingga hasil sikap sebelum diberikan intervensi akan terlihat jelas hasil perbedaannya ketika intervensi yang diberikan efektif karena sikap menjadi respon mandiri tiap individu (Notoatmodjo, 2014). Menurut asumsi peneliti, sebelum diberikan intervensi responden sebagian besar masih dalam kategori cukup dikarenakan minimnya informasi dan rasa tertarik responden untuk mencari tau apa itu obesitas sehingga tidak menutup kemungkinan responden mengesampingkan hal tersebut sehingga nilai sikap responden masih berada pada kategori cukup.

Gambaran Sikap Responden mengenai Obesitas Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi

Pada hasil penelitian nilai sikap menunjukkan setelah diberikan Pendidikan gizi meningkat dimana seluruhnya 29 siswa (100%) sesudah dilakukan Pendidikan gizi pada kelompok kontrol atau media video. Sedangkan pada kelompok perlakuan setelah diberikan Pendidikan gizi meningkat seluruhnya sebanyak 29 siswa (100%) sesudah dilakukan

intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sutrio (2021) menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan pada kelompok power point dan video sikap siswa meningkat terutama pada media video dengan rata-rata sikap sebagian besar 72,30% kemudian setelah penyuluhan pengetahuan siswa meningkat hampir seluruhnya menjadi 86,26%.

Sikap adalah tanggapan pribadi yang timbul sebagai reaksi terhadap suatu rangsangan atau benda. Dalam sikap tercermin bagaimana perasaan seseorang terhadap benda tersebut, apakah suka atau tidak suka. Terdapat tiga elemen utama dalam sikap, yaitu unsur pemahaman, unsur perasaan, dan unsur keinginan untuk bertindak. Ketiga unsur ini bersama-sama membentuk gambaran lengkap dari sikap seseorang, yang dipengaruhi oleh pengetahuan, pikiran, dan keyakinan yang dimiliki (Azwar, 2012). Menurut asumsi peneliti, adanya peningkatan sikap responden dalam penelitian ini disebabkan karena responden telah mendapatkan intervensi pendidikan gizi dengan menggunakan media video maupun *motion graphic* sehingga responden dapat berpikir rasional dan menyikapi dengan baik. Pada saat pemberian intervensi sikap responden menerima penjelasan dengan baik dapat dilihat dari bahasa tubuh responden pada saat penelitian. Sikap seseorang dapat berubah menjadi lebih baik jika seseorang itu mau menerima masukan dari orang lain.

Analisis Perubahan Pengetahuan Mengenai Obesitas Pada Remaja di MTS Darul Ihsan Melalui Pendidikan Gizi

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan dalam pemahaman sebelum dan setelah dilakukan campur tangan dalam kedua kelompok, baik yang menerima intervensi maupun yang menjadi kelompok kontrol. Hasil analisis statistik menggunakan *uji Wilcoxon* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang penting dalam pengetahuan tentang gizi sebelum dan setelah campur tangan. Di kelompok yang dikenai intervensi, yang melibatkan penggunaan *motion graphic*, tampak adanya perbedaan yang signifikan dalam pemahaman tentang gizi. Hasil nilai *p* (nilai *probabilitas*) yang dihasilkan adalah 0,000, menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil dari tingkat signifikansi yang telah ditetapkan sebesar 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang nyata pada pengetahuan gizi setelah pemberian perlakuan. Sebelumnya, rata-rata pengetahuan pada pretes siswa adalah 67,21, tetapi setelah melakukan postes, rata-rata pengetahuannya meningkat menjadi 97,83. Hal yang serupa juga terlihat pada kelompok kontrol, di mana mereka diberikan intervensi berupa media video. Hasil *uji statistik Wilcoxon* pada kelompok ini juga menunjukkan nilai *p* sebesar 0,000, yang berarti ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Sebelumnya, rata-rata pengetahuan pada pretes siswa kontrol adalah 69,34, dan setelah melakukan postes, rata-rata pengetahuannya meningkat menjadi 94,45.

Hal ini sejalan dengan penelitian Amelia (2021) Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa memberikan edukasi gizi melalui media video dan scrapbook dapat meningkatkan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini dibuktikan dengan nilai *p* yang lebih kecil dari 0,05 pada kedua media tersebut. Dan pada penelitian Ridha (2019) dengan hasil penelitian penyuluhan gizi menggunakan media *motion graphic* dapat meningkatkan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi yaitu didapatkan *p-value* 0,000 (*p-value* < 0,05). Pengetahuan memiliki sifat spontan, subjektif, dan intuitif. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dapat berubah seiring dengan intervensi yang diberikan, dan perubahan ini berkaitan dengan kebenaran yang ada pada objek yang dipelajari (Endraswara, 2012).

Menurut asumsi peneliti, diberikannya pendidikan tentang gizi melalui media video dan *motion graphic*, serta melalui diskusi selama penelitian, mengakibatkan peningkatan dalam pengetahuan para responden. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh para responden. Peningkatan dalam pengetahuan ini terjadi karena pada tahap remaja ini, kemampuan untuk belajar masih sangat

aktif dan rasa ingin tahu yang tinggi. Oleh karena itu, informasi yang diberikan dapat dengan mudah dipahami, yang mengakibatkan peningkatan yang berarti dalam rata-rata skor pengetahuan. Ini mengindikasikan bahwa kesuksesan dalam memberikan edukasi dapat dipengaruhi oleh jenis media yang digunakan, karena media memiliki potensi untuk memengaruhi tingkat pengetahuan.

Analisis Perubahan Sikap Mengenai Obesitas Pada Remaja di MTS Darul Ihsan Melalui Pendidikan Gizi

Hasil penelitian ini mengungkapkan adanya pergeseran cara pandang baik sebelum maupun sesudah penerapan intervensi baik pada kelompok yang menjalani perlakuan khusus maupun pada kelompok kontrol. Hasil uji *statistik Wilcoxon* menunjukkan bahwa untuk kelompok yang diberi perlakuan, nilai p tercatat sebesar 0,000, yang berada di bawah ambang batas 0,05. Hal ini menunjukkan adanya disparitas yang mencolok pada sikap siswa sebelum dan sesudah pemberian penjelasan melalui media *motion grafis*. Sebelumnya, rata-rata sikap siswa pada tes awal adalah 50,24, namun meningkat menjadi 97,38 setelah tes akhir. Pada kelompok kontrol juga terlihat hal serupa, dengan nilai p -value dari uji *Wilcoxon* sebesar 0,000, menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan setelah siswa diberikan informasi melalui media video. Rata-rata sikap siswa pada tes awal di kelompok kontrol adalah 51,59, dan meningkat menjadi 93,55 setelah tes akhir. Jadi, terbukti bahwa terdapat perbedaan yang besar antara sikap sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok.

Hal ini sejalan dengan penelitian Indah (2021) Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa pemanfaatan media video dan poster memiliki dampak yang signifikan dalam mengubah pandangan siswa terkait konsumsi buah dan sayur. Temuan ini menunjukkan perbedaan sikap siswa sebelum dan setelah mereka menerima penjelasan melalui media video dan poster, dengan nilai p -value sebesar 0,000, yang berada di bawah nilai batas 0,05 yang umum digunakan. Sikap di sini merujuk pada tanggapan pribadi siswa terhadap rangsangan atau objek tertentu, yang mencakup aspek pandangan dan faktor emosional terkait. Ini mengindikasikan bahwa sikap siswa berada dalam spektrum dari penerimaan, respons, penghargaan, hingga tanggung jawab terhadap informasi yang disampaikan. (Notoatmodjo, 2014). Menurut asumsi peneliti, perbedaan rata-rata dalam peningkatan sikap responden dalam bidang pendidikan gizi bisa terjadi baik melalui media video maupun *motion graphic*. Ini mungkin karena cara penyampaian informasi melalui media yang efektif dan mudah diterima oleh responden. Dengan kata lain, kesuksesan pendidikan bisa dipengaruhi oleh media yang digunakan, karena media memiliki potensi untuk mempengaruhi sikap siswa. Sikap positif yang terbentuk sebagian besar berdasarkan pengetahuan yang baik. Perubahan sikap responden ini bisa berdampak positif pada kepedulian mereka terhadap kesehatan.

Analisis Perbedaan Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video dan *Motion Graphic* Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Mengenai Obesitas pada Remaja di MTS Darul Ihsan

Berdasarkan hasil penelitian telah didapatkan bahwa kedua media baik video maupun *motion graphic* sama-sama menghasilkan kesimpulan tidak terdapat perbedaan rata-rata antara efektifitas yang diberikan media video dan *motion graphic* terhadap perubahan pengetahuan remaja mengenai obesitas karena pada uji *Mann Whitney* (p -value > 0,05). Begitupun pada nilai sikap didapatkan kesimpulan tidak terdapat perbedaan rata-rata antara efektifitas yang diberikan media video dan *motion graphic* terhadap perubahan sikap remaja mengenai obesitas karena pada uji *Mann Whitney* (p -value > 0,05). Temuan dari penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sihsinarmiyati (2021) menemukan bahwa tidak ada perubahan nyata dalam sikap anak-anak sekolah dasar yang

menjadi bagian dari kelompok intervensi. Nilai p yang diperoleh sekitar 0,063, melebihi ambang batas signifikansi 0,05. Hasil serupa juga muncul pada kelompok kontrol, dengan nilai p sekitar 0,125, juga melampaui batas yang signifikan.

Dengan kata lain, baik penggunaan video animasi maupun kelompok kontrol tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Temuan yang senada telah diungkap oleh Fikriyah (2015) dalam penelitian sebelumnya. Dalam penelitiannya, ia menyimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dalam hasil belajar antara kelas yang menerapkan model pembelajaran berbasis proyek dan kelas kontrol. Nilai *p-value* yang diperoleh sekitar 0,526, yang juga di atas angka signifikansi 0,05. Ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis proyek yang menggunakan media audio-visual tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap hasil belajar pengetahuan.

Selain itu, hasil temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ridha (2019). Penelitian tersebut mencatat bahwa terjadi perubahan yang signifikan dalam pengetahuan dan perilaku terkait sarapan setelah pelaksanaan edukasi gizi melalui penggunaan video animasi *motion graphic*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *p-value* untuk pengetahuan dan sikap masing-masing aspek adalah 0,000, mengindikasikan adanya perubahan yang sangat signifikan (nilai *p-value* < 0,05). Pola temuan yang serupa juga terlihat dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Amelia (2021). Dalam penelitiannya, Amelia menyimpulkan bahwa kedua jenis media, yaitu scrapbook dan video animasi, mampu meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan obesitas di kalangan siswa SMA atau SMK. Dari hasil analisis, ditemukan bahwa nilai *p-value* adalah 0,043, menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan tentang obesitas antara kelompok yang menggunakan media scrapbook dan media video animasi. Kelompok kontrol pada penelitian ini diberikan perlakuan berupa pendidikan gizi dengan media video. Media video adalah media audio visual yang dapat berisikan edukasi kepada kalangan umur yang berhasil meningkatkan ketertarikan aktif siswa dalam proses pembelajaran dan berisi informasi yang jelas dan mudah dimengerti serta di buat semenarik mungkin (Mawan et al., 2017). kelompok yang mendapatkan perlakuan diberikan pendidikan gizi menggunakan *motion graphic*. *Motion graphic* adalah penggabungan antara animasi atau elemen desain berbasis media visual yang menggabungkan bahasa dan unsur film dengan desain grafis. Dalam proses ini, termasuk elemen-elemen seperti gambar dalam dua dimensi/tiga dimensi, animasi, elemen film, tipografi, video, musik, fotografi, dan ilustrasi (Ningsih & Srimati, 2021).

Pemanfaatan media yang menarik memiliki kemampuan untuk membangkitkan minat dan memicu semangat siswa dalam proses belajar, memahami, dan mengingat materi, yang pada gilirannya berdampak positif pada peningkatan pengetahuan siswa. Ragam jenis media massa memiliki peran yang signifikan dalam membentuk pandangan dan keyakinan individu. Ketika informasi baru disajikan mengenai suatu topik, hal ini dapat membentuk dasar pemahaman baru yang mempengaruhi pembentukan pandangan terhadap hal tersebut (Azwar, 2011).

Menurut asumsi peneliti, karena tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan serta hasil pengetahuan dan sikap siswa berada pada kategori yang baik maka dapat dinyatakan bahwa apapun media yang digunakan antara media video maupun *motion graphic* sama-sama memberikan hasil yang efektif atau sama baiknya dan mampu memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap. Akan tetapi menurut peneliti, dilihat dari hasil penelitian tersebut media *motion graphic* terlihat lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap responden.

Penjelasan dalam bentuk video sangat rinci, membuatnya mudah dipahami oleh mereka yang melihatnya. Begitu juga dalam animasi bergerak (*motion graphic*), penjelasannya disajikan dengan cara yang menarik secara visual dan audio, yang akan membuat penonton

tertarik untuk mengikuti informasi tentang pendidikan gizi. Dengan menggunakan media-media yang kreatif dan inovatif seperti ini, materi yang disampaikan tidak akan terasa membosankan, sehingga orang yang menontonnya akan lebih tertarik dan antusias dalam memahami informasi yang diberikan. Dengan demikian, menggunakan video dan *motion graphic* memiliki potensi untuk mempengaruhi sikap dan perilaku positif pada siswa-siswi.

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan berdasarkan karakteristik usia responden pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, sebagian besar berusia 14 tahun, yaitu masing-masing sebanyak 15 siswa (51,7%) dan 17 siswa (58,6%). Terdapat mayoritas jenis kelamin perempuan dalam kedua kelompok. Selain itu, dalam hal penerimaan informasi melalui media massa, mayoritas dari kedua kelompok telah menggunakan media sosial sebagai sumber informasi. Dalam hal pengetahuan awal siswa, sebelum mendapatkan edukasi melalui media video dan *motion graphic*, mayoritas memiliki pengetahuan kategori baik (55,2%) dan untuk *motion graphic* mayoritas masuk dalam kategori baik dan cukup (48,3%). Namun, setelah mendapatkan edukasi menggunakan kedua media tersebut, pengetahuan siswa pada kategori baik mencapai 100% untuk keduanya.

Sikap siswa sebelum edukasi mengenai obesitas dengan media video dan *motion graphic* cenderung masuk dalam kategori cukup, dengan persentase 72,45% untuk media video dan 75,9% untuk *motion graphic*. Setelah mendapatkan edukasi, sikap siswa dalam kedua kelompok meningkat menjadi kategori baik, juga dengan persentase 100%. Analisis statistik menunjukkan perubahan signifikan dalam pengetahuan dan sikap siswa setelah intervensi dalam kedua kelompok perlakuan dan kontrol ($p\text{-value} = 0,000$). Namun, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara efektivitas media video dan *motion graphic* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa mengenai obesitas ($p\text{-value} > 0,05 = 1,000$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur serta Kepala Sekolah MTS Darul Ihsan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. & Wijatmadi, B. (2012). Pengantar gizi masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Aini, S N. (2013). Faktor risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan. *Unnes Journal of Public Health*. 2(1).
- Amelia, Tasya & Ratih Kurniasari. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi dan Scrapbook terhadap Peningkatan Pengetahuan Obesitas pada Remaja.. *Jurnal IZIDO*. Vol 13 No 2.
- Azwar, S. (2012). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Liberty.
- Butler, et al. (2015). Clinically relevant known and candidate genes for obesity and their overlap with human infertility and reproduction. *Journal of Assisted Reproduction and Genetics*, 32(4), 495–508. <https://doi.org/10.1007/s10815-014-0411-0>
- Dinas Kesehatan Kota Samarinda. (2021). Profil Kesehatan Kota Samarinda. Samarinda: Dinas Kesehatan Kota Samarinda.
- Endraswara, S. (2012). *Filsafat Ilmu: Konsep, Sejarah, dan Pengembangan Metode Ilmiah*. Yogyakarta: Center of Academic Publishing Service (CAPS).
- Febriani, C. A., Nuryani, D. D., & Elviyanti, D. (2019). Efektifitas Pemanfaatan Media

- Gambar Bergerak dan Video Animasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 181. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1263>
- Fikriyah, M., Indrawati, & Gani, A. A. (2015). Model Pembelajaran Berbasis Proyek (Project Based Learning) Disertai Media Audio-Visual Dalam. *Jurnal Pembelajaran Fisika FKIP Universitas Jember*, 4, 181–186.
- Hastuti, Pramudji. (2018). *Genetika Obesitas*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Indah, Jellyfa & Junaidi. (2021). Efektivitas penggunaan poster dan video dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang buah dan sayur pada siswa Dayah Terpadu Inshafuddin. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*. Vol 2(2) 129-135. <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v2i2.311>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesi. (2015). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Panduan Pelaksanaan Gerakan Nusantara Tekan Obesitas (GENTAS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). *Jurnal Gizi Klinik Indonesia Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja*. 11(04), 179–190.
- Ma'mumuh, Malikatul. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Laktasi di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Timur. (*Thesis*). Diakses dari <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/38022>
- Mawan, A. R., Indriwati, S. E., & Suhadi. (2017). Pengembangan Video Penyuluhan Perilaku. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(7), 883–888.
- Muthmainnah, Aisyah Fajrin & dkk. (2021). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Menggunakan Media Podcast Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Obesitas Pada Remaja. *Jurnal ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*. Vol 6(2) 95-110. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>.
- Ningsih, A. L., & Srimiati, M. (2021). Pengaruh Frekuensi Pendidikan Gizi Dengan Media Video Motion Graphic Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Siswi SMAN 72 Jakarta Utara. *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik Dan Masyarakat*, 1(1), 31–38. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jgpkm/article/view/24926>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2014). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Pujilestari, C. U., Nyström, L., Norberg, M., & Ng, N. (2019). Waist circumference and all-cause mortality among older adults in rural Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph16010116>
- 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), 2022.
- Rosengren, et al. (2015). Psychosocial factors and obesity in 17 high-, middle- and low-income countries: The Prospective Urban Rural Epidemiologic study. *International Journal of Obesity*, 39(8), 1217–1223. <https://doi.org/10.1038/ijo.2015.48>
- Sania, A. R., Isdiany, N., Gumilar, M., Iawanuddin, I., & Sakinah, A. D. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Sarapan Pada Anak Sekolah Dasar Dengan Media Video Animasi Motion Graphic. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(2), 45.
- Susiyadi dan Siti Rokhayah. (2016). Pengaruh Obesitas Terhadap Disfungsi Seksual Wanita Di Kecamatan Patikraja Banyumas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*. (14)3: 24-29
- Sutrio & Andi Eka Yuniato. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Piring

Makanku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa. Jurnal Gizi Prima. Vol 6 Edisi 1.
<http://jgp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home>.

Umar, Fitriani, (2021). Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan Kelangsungan ASI Anak Usia di Bawah Dua Tahun. Jakarta: Penerbit NEM.

Yahya, Nadjibah. (2018). *Kupas Tuntas Obesitas*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.