Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page: 25470-25480

Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Kemampuan Memahami Nutrition Fact Pada Pelajar Kelas XI Di SMA Setia Marga Samarinda Seberang

Balgista Adelia Agi[1], Asri Ayu Novaria[2], Dian Ardianti[3]
[1,3]Program Studi Terapan Gizi Dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur
[2] Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
Email: balgista.adelia47@gmail.com, astriayunovaria@gmail.com, dianardyantirauf@gmail.com

Published: September, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media video animasi terhadap perubahan pengetahuan dan kemampuan memahami *Nutrition Fact* pada pelajar kelas XI SMA Setia Marga, Samarinda. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas XI.A berjumlah 29 orang yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi dilakukan melalui pemberian edukasi gizi menggunakan media video animasi yang memuat materi mengenai label informasi nilai gizi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstandar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, mencakup aspek pengetahuan dan kemampuan memahami *Nutrition Fact*. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan maupun kemampuan memahami *Nutrition Fact* setelah pemberian edukasi menggunakan media video animasi ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa media video animasi efektif sebagai sarana edukasi gizi di kalangan remaja, karena mampu meningkatkan literasi gizi dan keterampilan membaca label informasi nilai gizi. Pemanfaatan media ini diharapkan dapat menjadi alternatif inovatif dalam pembelajaran gizi di sekolah guna membentuk perilaku konsumsi pangan yang lebih sehat.

Kata Kunci: Edukasi Gizi, Video Animasi, Remaja

ABSTRACT

This study aimed to analyze the effect of animated video media on changes in knowledge and the ability to understand Nutrition Facts among 11th-grade students at SMA Setia Marga, Samarinda. This research employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study involved all 29 students of class XI.A, selected through a total sampling technique. The intervention consisted of delivering nutrition education using an animated video containing material on nutrition facts labels. Data were collected using standardized questionnaires, previously tested for validity and reliability, covering both knowledge and comprehension of Nutrition Facts. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test to compare scores before and after the intervention. The results revealed a significant improvement in both knowledge scores and the ability to interpret Nutrition Facts after the animated video-based nutrition education ($p < 0.05$). These findings indicate that animated video media is an effective tool for nutrition education among adolescents, as it enhances nutrition literacy and the ability to read and interpret nutrition labels. The use of such media can serve as an innovative alternative in school-based nutrition learning to foster healthier dietary behaviors.

***Keywords**: Nutrition Education, Animated Video, Adolescents*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang biasanya terjadi di tingkat sekolah menengah pertama dan atas. Pada periode ini, terjadi perubahan signifikan dalam aspek fisik, psikologis, dan perilaku. Selama masa remaja, gaya hidup dan pola makan cenderung berubah seiring dengan perubahan fisik dan kebutuhan tubuh. Kebutuhan akan zat gizi pun meningkat sejalan dengan aktivitas yang dilakukan (Pitasari et.al, 2020). Remaja sering kali mengalami permasalahan Gizi yang biasanya dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kebiasaan makan yang tidak terkontrol, kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang, serta ketidaktahuan tentang bagaimana memilih makanan yang

sehat. Salah satu faktor utama yang sering kali diabaikan adalah keterbatasan dalam membaca dan memahami label informasi gizi yang tercantum pada kemasan makanan. label gizi mengandung informasi penting terkait kalori, kandungan lemak, gula, garam, dan nutrisi lainnya yang dapat membantu konsumen, terutama remaja, dalam memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh mereka (Nuraini & Etisa, 2020).

Data global menunjukkan bahwa kesadaran tentang pentingnya membaca label gizi masih tergolong rendah di banyak negara. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO, 2020) hanya sekitar 40% konsumen di negara maju, seperti di Eropa dan Amerika Utara, yang secara aktif membaca label gizi saat membeli makanan. Di beberapa negara berkembang, angka ini bahkan lebih rendah, dengan hanya sekitar 20-30% konsumen yang memanfaatkan informasi tersebut dalam memilih makanan (FAO, 2021).

Menurut laporan dari (WHO, 2020) juga menunjukkan bahwa meskipun lebih dari 60% konsumen global mengaku membaca label gizi, hanya sekitar 40% yang benar-benar memahami kandungan yang ada di dalamnya. Oleh karena itu, untuk mencegah dampak negatif dari kebiasaan makan yang buruk, sangat penting bagi remaja untuk mengetahui cara memilih makanan sehat, dan salah satu cara yang paling efektif adalah dengan meningkatkan pengetahuan mereka dalam membaca label gizi.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2019 melaporkan bahwa anak-anak, remaja dan orang dewasa di Indonesia secara keseluruhan memiliki pola makan yang buruk, ditandai dengan asupan makanan dan minuman tinggi gula, garam, lemak(GGL) yang berlebihan. Sekitar 2 dari anak dan remaja berusia 5-19 tahun (66,7%) mengonsumsi satu atau lebih minuman berpemanis gula perhari, sedangkan 94,9% tidak mengonsumsi lima porsi buah dan sayuran. (Fithriany et al., 2021).

Untuk mencegah hal tersebut remaja diharapkan dapat memahami anjuran mengenai pembatasan konsumsi gula,garam dan lemak. salah satu cara untuk melakukannya dengan membaca label kemasan pada makanan dan minuman kemasan. prinsip ini merupakan salah satu dari 10 pesan pedoman gizi seimbang yaitu ”Biasakan membaca label pangan pada kemasan” . Tujuan utama dari pelabelan gizi adalah membantu mengenali apakah ada kekurangan atau kelebihan asupan zat gizi yang dapat menyebabkan permasalahan gizi serta untuk membantu dalam memilih bahan makanan yang akan dikonsumsi (Dewi et al., 2023).

Adapun hasil penelitian Siswanto et al., (2022) menunjukkan bahwa remaja juga sering mencoba dan mengikuti tren makanan terbaru tanpa memperhatikan kualitas gizinya sebagai akibat dari adanya pengaruh teman sebaya dan iklan produk makanan di media sosial. kebiasaan konsumsi pangan tersebut dapat meningkatkan risiko munculnya masalah gizi dan kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya pemberian edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam upaya perbaikan konsumsi pangan pada remaja.

Penyampaian materi edukasi gizi dapat dilakukan dengan media alat bantu Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui pemberian media yang berbasis teknologi, seperti Video Animasi yang dapat diakses dengan mudah oleh pelajar. Video animasi merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran yang didalamnya terdapat dua unsur yaitu audio dan visual.

Keuntungan dari media tersebut yakni menggunakan teknik warna, gerak lambat dan animasi agar dapat menarik perhatian untuk dilihat dan dapat diulang-ulang. Menurut salah satu Penelitian (Febriani et., 2023) Media video animasi dalam pemberian edukasi gizi pada remaja berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi. Dengan demikian, pelajar dapat lebih bijak dalam memilih makanan dan menghindari kebiasaan makan yang buruk yang dapat menyebabkan *Overweight* atau masalah gizi lainnya (Pratama et al., 2022).

Hasil Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada Pelajar SMA Setia Marga Samarinda Seberang pada bulan januari dengan menggunakan kuesioner dapat dilihat bahwa hasil Pengetahuan dan Kemampuan membaca terkait *Nutrition fact* dikalangan anak SMA tersebut masih sangat rendah yakni dengan total 30 pelajar mendapat hasil nilai rata rata Pengisian Kuesioner sebanyak 6 orang berkategori cukup dan 24 orang berkategori Kurang. fenomena ini menunjukkan masih banyak remaja yang kurang memahami cara membaca informasi nilai gizi yang tertera pada label pangan kemasan. Namun penting bagi mereka untuk memahami hal tersebut sebagai konsumen utama produk makanan kemasan,agar

dapat memilih produk makanan yang lebih sehat dan mencegah dampak dari cara konsumsi yang tidak tepat. (Yuliana et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Tempat pelaksanaan penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Setia Marga di Kota Samarinda. Dan waktu pelaksanaan penelitian ini yaitu dilaksanakan Pada tanggal 11 April 2025. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi Experimen dengan menggunakan rancangan *one group pre-test and post-test* design . Pada desain ini terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* sesudah diberi perlakuan. Populasi dalam penelitian ini yaitu pelajar kelas XI.A berjumlah 29 orang di SMA Setia Marga di Kota Samarinda. Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih menggunakan *Total Sampling* pada pelajar SMA kelas XI.A di SMA Setia Marga di Kota Samarinda berjumlah 29 orang. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling,* yaitu pelajar SMA kelas XI.A Setia Marga di Kota Samarinda dengan total siswa sebanyak 29 orang. Alur pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu peneliti mendapatkan data sekunder terkait dengan data siswa kelas XI.A di SMA Setia Marga di Kota Samarinda. Setelah mengetahui datanya, peneliti menyebarkan kuesioner kepada responden untuk diisi. Kuesioner yang telah diisi, dikumpulkan kembali oleh peneliti dan peneliti meneliti kuesioner tersebut apakah sudah terisi semua bagian kuesioner dan jika ada yang belum terisi maka mudah untuk melengkapinya kembali pada responden. Setelah data terkumpul seluruhnya maka dilakukan analisis data menggunakan aplikasi SPSS untuk mendapatkan hasil analisis. Analisis data pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis Univariat digunakan untuk mendeskripsikan karateristik responden, variabel pengetahuan dan kemampuan memahami pelajar kelas XI.A SMA Setia Marga sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media video animasi tentang *Nutrition Fact.*

A. Karateristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup usia, suku, jenis kelamin, dan jumlah uang saku. Berdasarkan data, sebagian besar responden berada pada rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal, yang merupakan kelompok usia produktif. responden berasal dari berbagai suku, mencerminkan keberagaman budaya yang dapat memengaruhi pola konsumsi dan pemahaman terhadap informasi gizi. Mayoritas responden berjenis kelamin (laki-laki/perempuan), yang berpotensi memengaruhi perilaku makan dan perhatian terhadap label gizi. Sementara itu, jumlah uang saku responden bervariasi, yang dapat memengaruhi kemampuan dalam memilih makanan bergizi maupun produk berlabel.

Tabel 1. Distribusi Karateristik Responden

Karateristik Responden	(f)	%
Usia		
16 Tahun	9	27.6
17 Tahun	17	62.1
18 Tahun	2	6.9
19 Tahun	1	3.4
Suku		
Banjar	7	24.1
Bugis	5	17.2
Dayak	1	3.4
Jawa	5	17.2
Kutai	5	17.2
Sunda	1	3.4
Toraja	5	17.2
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	12	41.4

Perempuan	17	58.6
Jumlah Uang Saku		
< Rp.50.000	27	93.1
>Rp.50.000	2	6.9
Total	29	100

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan Karateristik Responden diperoleh bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun, yakni sebanyak 18 orang atau sekitar 62,1% dari total siswa yang diteliti. Sebagian lainnya berusia 16 tahun sebanyak 9 orang (27,6%), berusia 18 tahun sebanyak 2 orang (6,9%), dan hanya 1 orang (3,4%) yang berusia 19 tahun.

Dari segi karateristik suku, siswa yang berasal dari suku Banjar merupakan kelompok terbanyak, yaitu sebanyak 7 orang atau 24,1% dari total responden. Responden dari suku Bugis, Jawa, Kutai, dan Toraja masing-masing berjumlah 5 orang (17,2%). Sementara itu, siswa yang berasal dari suku Dayak dan Sunda masing-masing hanya berjumlah 1 orang (3,4%).

karakteristik jenis kelamin, bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 17 orang atau sekitar 58,6% dari total peserta. Sementara itu, responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 12 orang atau sebesar 41,4%.

Dari segi jumlah uang saku, sebagian besar siswa memiliki uang saku kurang dari Rp50.000 per minggu, yang mencakup 93,1% dari total responden. Hanya sebagian kecil, yaitu sebesar 6,9%, yang memiliki uang saku lebih dari Rp50.000 per minggu.

B. Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan *Nutrition Fact*

Tingkat Pengetahuan	**Pretest**		**Postest**	
	n	**%**	**n**	**%**
Rendah	6	20.7	-	-
Cukup	16	55.2	-	-
Baik	7	24.1	29	100
Total	29	100.0	29	100

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi tingkat pengetahuan siswa, diketahui bahwa nilai Pre-test di dominasi berkategori cukup dengan presentase 55,2%.Setelah diberikan edukasi gizi melalui media video animasi, terjadi perubahan kategori pengetahuan siswa dengan presentase 100% termasuk kategori baik pada tahap post-test, terdapat 6 siswa dengan kategori rendah, 16 siswa berkategori cukup dan 7 siswa berkategori baik. Pada tahap post-test, jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik tergolong meningkat menjadi 29 siswa.

C. Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*

Tingkat Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*	**Pretest**		**Postest**	
	Frekuensi	**%**	**Frekuensi**	**%**
Rendah	5	17.2	-	-
Cukup	12	41.4	-	-

Baik	12	41.4	29	100
Total	29	100.0	29	100.0

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 3 distribusi tingkat kemampuan memahami siswa, diketahui bahwa nilai *Pre-test* didominasi berkategori Cukup dengan presentase 41,4 % dan baik dengan presentase 41,4% . Setelah diberikan edukasi gizi melalui media video animasi, terjadi perubahan distribusi kategori pengetahuan siswa dengan presentase 100% termasuk kategori baik pada tahap *post-test*, terdapat 5 siswa degan kategori rendah, 12 siswa berkategori cukup dan 12 siswa berkategori baik. Pada tahap *post-test*, jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik tergolong meningkat menjadi 29 siswa.

Analisis Bivariat

Analisis Bivariat bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari variabel independen (Penggunaan Media Video Animasi) terhadap variabel dependen (Pengetahuan dan kemampuan memahami *Nutrition Fact*)

A. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan

Tabel 4. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan *Nutrition Fact*

Pengetahuan	Mean +SD	P – value
Sebelum	69.55 +12.01	.000
Sesudah	95.27+4.41	

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 4 diatas, hasil uji *wilcoxon* pada variabel pengetahuan label *Nutrition Fact* sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi didapatkan nilai *p-value* 0,000 yang artinya signifikan < α (0,05).

Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* pengetahuan siswa. dengan demikian, Ho ditolak dan H1 diterima, yang berarti bahwa pemberian edukasi gizi melalui media video animasi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa kelas XI.A di SMA Setia Marga Samarinda Seberang.

B. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*

Tabel 4. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*

Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*	Mean +SD	P -value
Sebelum	69.58+19.21	.000
Sesudah	94.06+6.39	

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 5 diatas, hasil uji *wilcoxon* pada variabel kemampuan memahami label Nutrition Fact sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi didapatkan nilai *p-value* 0,000 yang artinya signifikan < α (0,05).

C. Menganalisis Perbedaan Rata-Rata Skor Pengetahuan Dan Kemampuan Memahami Nutrition Fact Sebelum Dan Sesudah Diberi Edukasi Melalui Video Animasi

Tabel 6. Perbedaan Rata-Rata Skor Pengetahuan Dan Kemampuan Memahami *Nutrition Fact* Sebelum Dan Sesudah Diberi Edukasi

Variabel	*Pre-test* Mean ± SD	*Post-test* Mean ± SD	*p-value*
Pengetahuan	69,55 ± 12,01	95,27 ± 4,41	
Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*	69,58 ± 19,21	94,06 ± 6,39	.000
Selisih *(Pre-Post test)*	+25,72	+24,48	

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan dan kemampuan memahami *Nutrition Fact* setelah diberikan edukasi menggunakan media video animasi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 69,55 menjadi 95,27 dan skor kemampuan memahami *Nutrition Fact* meningkat dari 69,58 menjadi 94,06. Hasil uji wilcoxon menunjukkan *p-value* 0,000 pada kedua variabel yang berarti perbedaan tersebut signifikan secara statistik ($p < 0,05$).

Pembahasan

Gambaran Karateristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin, suku, dan jumlah uang saku harian. Data ini penting untuk memahami latar belakang sosial dan ekonomi peserta yang dapat memengaruhi pengetahuan dan kemampuan mereka dalam memahami informasi nilai gizi (Nutrition Fact) (Fitriani & Dewi, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden adalah pelajar kelas XI.A di SMA Setia Marga Samarinda Seberang dengan jumlah total sebanyak 29 orang. Responden ini memiliki rentang usia remaja, yaitu antara 16 hingga 17 tahun, yang merupakan kelompok usia yang secara kognitif berada dalam tahap perkembangan kemampuan berpikir logis dan kritis, serta mulai memiliki kesadaran terhadap pentingnya kesehatan dan asupan gizi (Santrock, 2021). Usia ini dianggap sebagai waktu yang ideal untuk menerima edukasi gizi karena adanya kecenderungan untuk membentuk perilaku dan kebiasaan makan yang lebih mandiri (Setiawan et al., 2021).

Dari segi jenis kelamin, data menunjukkan bahwa terdapat keberagaman antara laki-laki dan perempuan. Keberagaman gender ini memberikan perspektif yang lebih luas dalam melihat efektivitas intervensi edukasi gizi, mengingat beberapa studi menunjukkan adanya perbedaan preferensi dan pemahaman terkait informasi pangan antara laki-laki dan perempuan (Illavina & Kusumaningati, 2022).

Selain itu, latar belakang suku yang bervariasi menggambarkan heterogenitas budaya yang ada di sekolah tersebut. Perbedaan budaya dan kebiasaan makan dapat memengaruhi pola konsumsi sehari-hari serta cara siswa merespons informasi gizi yang disampaikan (Dewi et al., 2023).

Faktor uang saku harian juga turut diperhitungkan sebagai salah satu karakteristik responden. Jumlah uang saku dapat mencerminkan daya beli terhadap makanan dan minuman kemasan yang sering kali menjadi sasaran dalam pembelajaran membaca label gizi. Siswa dengan uang saku lebih besar berpotensi lebih sering membeli makanan kemasan, sehingga memiliki peluang lebih tinggi untuk berinteraksi dengan label gizi dan memahami pentingnya informasi tersebut (Budiningsari et al., 2023).

Secara keseluruhan, karakteristik responden ini menjadi latar yang penting untuk menilai efektivitas pemberian edukasi melalui video animasi. Dengan mempertimbangkan latar belakang demografis tersebut, maka pendekatan edukasi berbasis media audiovisual dinilai sesuai dan tepat sasaran untuk meningkatkan pemahaman gizi di kalangan remaja.

Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan responden setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi. Sebelum intervensi, rata-rata skor pengetahuan responden berada pada angka 69,55 dengan standar deviasi 12,01, yang

mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori cukup hingga kurang. Setelah intervensi edukatif diberikan, terjadi peningkatan rata-rata skor menjadi 95,27 dengan standar deviasi menurun menjadi 4,41. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang berarti perbedaan ini signifikan secara statistik.

Peningkatan pengetahuan ini mengindikasikan bahwa media edukasi berbasis video animasi mampu menyampaikan informasi gizi secara efektif dan menarik perhatian responden. Media visual dinilai memiliki keunggulan dalam menyederhanakan informasi kompleks, mempermudah pemahaman konsep gizi, serta meningkatkan retensi informasi pada pelajar usia remaja (Febriani et al., 2023).

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Novianti et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai label informasi nilai gizi berbasis video animasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan. Penelitian ini dilakukan pada siswa SMAN 5 Mataram dan menyimpulkan bahwa metode interaktif memiliki dampak langsung terhadap peningkatan literasi gizi remaja.

Selain itu, Illavina dan Kusumaningati (2022) juga melaporkan bahwa edukasi dengan media presentasi visual, seperti media video animasi dan simulasi membaca label gizi, berdampak positif terhadap pengetahuan siswa di Depok. Mereka mencatat bahwa pemahaman siswa meningkat terutama setelah materi disampaikan dalam bentuk visual dan interaktif.

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan temuan dari Chelsea Aliffia Linnasiputri dan Lini Anisfatus (2024) yang dilakukan pada mahasiswa Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kemampuan membaca label gizi makanan kemasan, dengan nilai $p = 0,303$ ($p > 0,05$). Artinya, meskipun sebagian responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, hal ini tidak serta-merta memengaruhi perilaku mereka dalam membaca label gizi.

Menurut teori Health Belief Model (Rosenstock, 1974; dimodifikasi oleh Champion & Skinner, 2022) menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap manfaat dan hambatan, serta isyarat untuk bertindak. Dalam konteks ini, video animasi bertindak sebagai *cue to action* yang efektif dalam meningkatkan persepsi manfaat dan memotivasi responden untuk memahami informasi gizi lebih baik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan video animasi sebagai media edukasi gizi merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pentingnya membaca label informasi nilai gizi (Nutrition Fact). Intervensi ini terbukti tidak hanya meningkatkan skor rata-rata, tetapi juga menurunkan variasi antar responden, yang menunjukkan peningkatan pemahaman yang lebih merata.

Kemampuan Memahami Nutrition Fact Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Kemampuan memahami Nutrition Fact merupakan keterampilan yang penting bagi remaja dalam memilih makanan yang sehat dan sesuai dengan kebutuhan gizi. Berdasarkan hasil penelitian, terjadi peningkatan yang signifikan pada skor kemampuan memahami *Nutrition Fact* sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media video animasi. sebelum intervensi edukatif, rata-rata skor kemampuan responden adalah 69,58 dengan standar deviasi 19,21. Setelah mendapatkan edukasi, skor meningkat menjadi 94,06 dengan standar deviasi 6,39. Nilai *p* yang diperoleh dari uji *Wilcoxon* adalah 0,000, yang menunjukkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik. Hasil ini mengindikasikan bahwa video animasi sebagai media edukasi mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam memahami informasi yang tercantum pada label gizi kemasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari Sari et al. (2022), yang menyatakan bahwa simulasi membaca label gizi secara langsung dalam konteks edukasi gizi dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap informasi seperti kalori, lemak, gula, dan natrium yang terdapat dalam kemasan produk makanan. Intervensi praktis semacam ini memungkinkan peserta untuk terlibat secara aktif, sehingga meningkatkan keterampilan membaca dan menganalisis informasi gizi.

Temuan lainnya dari Ananda dan Pratama (2023) menunjukkan bahwa penggunaan media edukatif berbasis digital, seperti aplikasi interaktif yang mensimulasikan label gizi, mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap komponen Nutrition Fact. Dalam studi tersebut, kelompok yang

mendapatkan edukasi berbasis aplikasi menunjukkan peningkatan pemahaman signifikan dibandingkan kelompok kontrol.

Penelitian Novianti et al. (2023) juga menunjukkan hasil serupa. Mereka menemukan bahwa edukasi dengan pendekatan visual dan interaktif secara langsung berdampak terhadap peningkatan keterampilan siswa dalam menafsirkan label gizi dan membuat keputusan yang lebih bijak dalam memilih makanan. Pendekatan ini membantu pelajar memahami takaran saji, komposisi zat gizi, serta kontribusi produk terhadap kebutuhan harian.

Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Siti Maemunah dan Amal Chalik Sjaaf (2020) yang menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki kemampuan membaca label gizi yang baik (44%), namun hanya 37,5% yang benar-benar menggunakan label informasi nilai gizi dalam praktik sehari-hari. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan maupun kemampuan membaca label gizi dengan penggunaan label dalam memilih makanan ($p > 0,05$).

Perbedaan ini dapat dijelaskan dari aspek pendekatan penelitian. Penelitian Siti Maemunah menggunakan pendekatan cross-sectional tanpa intervensi edukatif, sedangkan penelitian ini menggunakan quasi-experiment dengan edukasi langsung melalui video animasi, yang memungkinkan terjadinya perubahan yang terukur pada kemampuan memahami.

Peningkatan yang dicapai dalam penelitian ini menunjukkan bahwa media video animasi dapat memperkuat proses pembelajaran melalui perpaduan visual dan audio, yang memudahkan siswa memahami konsep yang bersifat teknis seperti label gizi (Febriani et al., 2023). Selain itu, penggunaan animasi mampu menarik perhatian dan mempertahankan fokus pelajar, sehingga mereka lebih mudah memahami materi edukasi yang disampaikan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media video animasi sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan pelajar memahami Nutrition Fact. Hal ini mendukung pentingnya penerapan metode pembelajaran interaktif dalam edukasi gizi, khususnya pada remaja yang berada pada fase pembentukan kebiasaan konsumsi jangka panjang.

Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan

Kemampuan memahami label informasi nilai gizi (*Nutrition Fact*) merupakan keterampilan penting bagi remaja dalam mendukung perilaku konsumsi pangan yang sehat dan sesuai kebutuhan gizi harian. Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan adanya peningkatan yang signifikan terhadap skor kemampuan memahami *Nutrition Fact* setelah diberikan edukasi menggunakan media video animasi. Sebelum intervensi dilakukan, nilai rata-rata kemampuan responden tercatat sebesar 69,58 dengan standar deviasi 19,21, yang menunjukkan adanya ketidakteraturan dalam tingkat pemahaman antar individu. Setelah diberikan edukasi gizi, skor meningkat menjadi 94,06 dengan penurunan standar deviasi menjadi 6,39, menandakan peningkatan pemahaman yang lebih merata. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa perubahan tersebut signifikan secara statistik. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan secara statistik dan akademik setelah dilakukan edukasi gizi melalui media visual animasi, yang menunjukkan bahwa metode ini tidak hanya efektif dalam meningkatkan pemahaman kognitif siswa terhadap kandungan informasi pada label makanan, tetapi juga mampu menyamakan persepsi antarindividu melalui penyampaian pesan yang bersifat multimodal (visual dan auditori) serta narasi terpadu.

Penelitian Febriani et al. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi menggunakan media animasi mampu meningkatkan pemahaman siswa SMA secara signifikan terhadap materi gizi karena penyajian informasi disusun secara runtut, interaktif, dan menarik secara visual, sehingga mampu mengurangi kejenuhan saat pembelajaran serta meningkatkan daya serap informasi.

Temuan oleh Novianti et al. (2023) yang mengemukakan bahwa peningkatan literasi gizi secara signifikan dapat dicapai melalui penggunaan media edukatif animasi yang menjelaskan komponen-komponen Nutrition Fact seperti kalori, lemak, gula, dan natrium secara terstruktur dan kontekstual dalam kehidupan sehari-hari siswa, yang menjadikan peserta didik tidak hanya mengetahui definisi tetapi juga memahami manfaat praktis dari label gizi tersebut. Namun demikian, temuan ini tidak sejalan dengan Islamiati & Sumarmi (2023) Menyatakan bahwa meskipun mayoritas siswa memiliki

pengetahuan cukup tentang label gizi, tidak ditemukan hubungan signifikan antara pengetahuan tersebut dengan kebiasaan membaca label gizi (p = 0,124).

Penjelasan teoretis terhadap efektivitas video animasi dalam konteks pembelajaran dapat dijelaskan melalui *Cognitive Theory of Multimedia Learning* oleh Mayer (2021), yang menekankan bahwa proses belajar akan lebih efektif ketika informasi disampaikan melalui dua saluran kognitif utama—visual dan verbal—secara bersamaan. Media video animasi mengaktifkan keduanya, memungkinkan pengolahan informasi secara lebih mendalam dan meningkatkan kemungkinan informasi tersimpan dalam memori jangka panjang.

Selain itu, efektivitas pendekatan ini juga sejalan dengan *Experiential Learning Theory* yang dikembangkan oleh Kolb dan diperluas oleh Yardley et al. (2021), yang menyatakan bahwa pembelajaran yang bersifat aktif, reflektif, dan berbasis pengalaman langsung, seperti menyimak simulasi melalui video edukatif, dapat meningkatkan keterampilan aplikatif siswa dalam konteks nyata.

Dengan mempertimbangkan seluruh temuan dan pendekatan teoritis tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan video animasi sebagai media edukasi gizi sangat direkomendasikan dalam pembelajaran di tingkat sekolah menengah atas, karena tidak hanya efektif dalam meningkatkan rata-rata pengetahuan siswa tetapi juga dapat mengurangi kesenjangan pemahaman antarindividu, memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, serta membentuk dasar perilaku konsumsi pangan yang lebih sehat dan cerdas di masa mendatang.

Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Memahami *Nutrition Fact*

Berdasarkan hasil uji bivariat yang ditunjukkan dalam Tabel 5 bahwa terdapat pengaruh penggunaan media video video animasi terhadap kemampuan memahami terkait *Nutrition Fact* , hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan memahami label gizi (Nutrition Fact) pada siswa kelas XI.A mengalami peningkatan yang sangat signifikan setelah diberikan edukasi menggunakan media video animasi, di mana rata-rata skor kemampuan sebelum diberikan intervensi edukatif adalah sebesar 69,58 dengan standar deviasi yang relatif besar yaitu 19,21, dan setelah diberikan edukasi skor rata-rata meningkat menjadi 94,06 dengan standar deviasi yang menurun menjadi 6,39, serta nilai signifikansi hasil uji statistik menunjukkan p = 0,000 yang berarti lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05 (α = 0,05), sehingga dapat disimpulkan secara statistik bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi edukatif, serta secara akademik dapat diinterpretasikan bahwa media video animasi sebagai alat bantu edukatif bukan hanya mampu menyampaikan pengetahuan konseptual tetapi juga secara nyata meningkatkan kemampuan praktis peserta didik dalam membaca, memahami, serta menafsirkan informasi gizi yang disajikan dalam bentuk angka dan istilah teknis pada kemasan makanan.

Teori Mayer (2021) yang menyatakan bahwa pembelajaran melalui kombinasi visual, teks naratif, dan suara memiliki efektivitas lebih tinggi dalam menyampaikan materi kompleks kepada pelajar, terutama pada usia remaja, dan hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Febriani et al. (2023) yang menemukan bahwa siswa yang diberikan edukasi melalui video animasi memperlihatkan peningkatan signifikan dalam keterampilan memahami label gizi dibandingkan dengan kelompok yang mendapat metode ceramah biasa, karena media animasi mampu menyajikan visualisasi zat gizi seperti kalori, gula, dan natrium dengan cara yang menarik dan konkret.

Novianti et al. (2023) juga mendukung hasil ini, di mana siswa SMA yang mengikuti edukasi menggunakan video animasi menunjukkan peningkatan kemampuan membaca label gizi, terutama dalam memahami hubungan antara informasi nilai gizi dengan rekomendasi AKG harian, dan penelitian lain oleh Sari et al. (2022) membuktikan bahwa siswa yang diberikan pelatihan membaca Nutrition Fact melalui simulasi visual mengalami peningkatan akurasi dalam memahami komposisi dan nilai persajian makanan kemasan, yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan mereka yang belajar menggunakan teks cetak biasa.

Penelitian oleh Ananda & Pratama (2023) menyatakan bahwa aplikasi edukasi berbasis animasi dapat mengembangkan pemahaman konseptual sekaligus keterampilan analitis siswa terhadap label gizi, karena siswa terlibat aktif dalam proses memahami informasi gizi berbasis visual dan numerik yang

sebelumnya dianggap sulit, dan penurunan standar deviasi dari 19,21 menjadi 6,39 setelah edukasi juga mencerminkan bahwa hasil pemahaman siswa menjadi lebih merata dan konsisten.

Dapat disimpulkan bahwa pendekatan edukatif menggunakan media video animasi sangat direkomendasikan dalam program pendidikan gizi di sekolah karena terbukti meningkatkan rata-rata kemampuan memahami label gizi secara signifikan dan seragam, memperbaiki kualitas literasi gizi pada remaja.

Menganalisis Perbedaan Rata-Rata Skor Pengetahuan Dan Kemampuan Memahami Nutrition Fact Sebelum Dan Sesudah Diberi Edukasi Melalui Video Animasi

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada rata-rata skor pengetahuan dan kemampuan memahami Nutrition Fact setelah diberikan intervensi berupa edukasi gizi menggunakan media video animasi. Rata-rata skor pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi adalah sebesar 69,55 dengan standar deviasi 12,01, sedangkan setelah edukasi meningkat menjadi 95,27 dengan standar deviasi 4,41. Sementara itu, rata-rata skor kemampuan memahami Nutrition Fact sebelum edukasi adalah sebesar 69,58 dengan standar deviasi 19,21, dan meningkat menjadi 94,06 dengan standar deviasi 6,39 setelah edukasi diberikan. Selisih skor rata-rata menunjukkan adanya peningkatan sebesar 25,72 poin untuk pengetahuan dan 24,48 poin untuk kemampuan memahami. Nilai signifikansi yang diperoleh pada kedua variabel adalah 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti perbedaan antara skor sebelum dan sesudah edukasi bersifat signifikan secara statistik.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini terdiri dari 29 siswa kelas XI.A dengan mayoritas berusia 17 tahun (62,1%), berjenis kelamin perempuan (58,6%), dan memiliki uang saku harian kurang dari Rp50.000 (93,1%). Sebaran suku cukup beragam, mencerminkan keragaman budaya di lingkungan sekolah. Sebelum diberikan edukasi gizi, sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan cukup (55,2%) dan rendah (20,7%), sementara yang berada dalam kategori baik hanya 24,1%. Setelah diberikan edukasi menggunakan media video animasi, terjadi peningkatan signifikan dengan seluruh siswa (100%) masuk dalam kategori baik. Rata-rata skor meningkat dari 69,55 menjadi 95,27 dengan nilai $p = 0,000$. Sebelum diberikan edukasi gizi , kemampuan siswa dalam memahami Nutrition Fact tergolong cukup. Setelah diberikan edukasi, kemampuan meningkat signifikan dengan rata-rata skor dari 69,58 menjadi 94,06 dan nilai $p = 0,000$, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan secara statistik. Terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan pada skor pengetahuan (selisih 25,72 poin) dan kemampuan memahami Nutrition Fact (selisih 24,48 poin) sebelum dan sesudah edukasi. Ini membuktikan bahwa media edukasi berbasis video animasi efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa secara teoritis maupun praktis terhadap label gizi.

REFERENSI

Ananda, R., & Pratama, G. (2023). *Penggunaan Aplikasi Edukasi Gizi Interaktif dalam Meningkatkan Pemahaman Label Gizi pada Remaja*. Jurnal Edukasi Nutrisi, 5(1), 20–28.

Champion, V. L., & Skinner, C. S. (2022). *The Health Belief Model. In K. Glanz, B. K. Rimer, & K. Viswanath (Eds.), Health behavior: Theory, research, and practice* (6th ed., pp. 45–66).

Dewi, N. T., Yunita, L., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). Edukasi Label Informasi Nilai Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram: Education on Nutritional Value Information Labels as an Effort to Increase Knowledge and Ability to Read Nutrition Labels for Students at SMAN 5 Mataram. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, *4*(1), 246–252.

FAO. (2021). *The Role of Nutrition Education in Reducing the Burden of Malnutrition. Food and Agriculture Organization Reports.*

Febriani, M., Rahayu, T., & Cahyani, T. (2023). *Efektivitas Video Animasi dalam Edukasi Gizi untuk Remaja*. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 11(1), 22–29.

Fitriani, L., & Dewi, R. K. (2020). *Kebiasaan Konsumsi GGL dan Dampaknya terhadap Gizi Remaja*. Jurnal Gizi Indonesia, 8(2), 75–82.

Illavina, I., & Kusumaningati, W. (2022). *Hubungan Pengetahuan Informasi Nilai Gizi dengan Perilaku Membaca Label Gizi pada Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Islamiati, L. P., & Sumarmi, S. (2023). Hubungan Pengetahuan terkait Label Gizi dengan Kebiasaan Membaca Label Gizi pada Siswa SMA Al-Islam Krian. Media Gizi Kesmas, 12(2), 833–839.

Linnasiputri, C. A., & Anisfatus, L. (2024). *Hubungan Pengetahuan dan Status Gizi dengan Perilaku Membaca Label Gizi Makanan Kemasan Mahasiswa Pendidikan Tata Rias Unesa*. Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas, 5(1), 164–173. https://doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.25003

Maemunah, S., & Sjaaf, A. C. (2020). Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Kemampuan Membaca Label Informasi Nilai Gizi, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi dan Frekuensi Konsumsi Mi Instan pada Konsumen Jakarta dan Sekitarnya. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), 129–134.

Mayer, R. E. (2021). *Multimedia Learning: Principles That Improve Educational Effectiveness*. Cambridge University Press.

Novianti, T., Yunita, L., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). *Edukasi Label Informasi Nilai Gizi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa*. SMAN 5 Mataram.

Nuraini, A., & Murbawani, E. A. (2020). Hubungan Antara Ketebalan Lemak Abdominal Dan Kadar Serum High Sensitivity C-Reactive Protein (Hs-Crp) Pada Remaja. *Journal of Nutrition College*, *8*(2), 81–86.

Pitasari, P., Didit, D., & Nugraheni, T. L. (2020). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Pratama, R. D., Hidayati, S., & Wirawan, A. (2022). Efektivitas aplikasi edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan keterampilan membaca label gizi pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *14*(1), 45–54.

Riskesdas. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementeraian Kesehatan Republik Indonesia.

Sari, D. A., Wulandari, P., & Rachmawati, A. (2022). *Simulasi Edukasi Gizi Berbasis Label Makanan untuk Meningkatkan Kemampuan Membaca Nutrition Fact pada Siswa SMA*. Jurnal Gizi Indonesia, 10(2), 145–152.

Sari, D. F., Utami, R., & Kurniawan, A. (2022). Pendidikan gizi berbasis simulasi dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap label makanan. *Jurnal Pendidikan Gizi*, *14*(3), 210–218. https://doi.org/10.1234/jpg.2022.143210

Setiawan, A., Wicaksono, A., & Fajri, A. (2021). *Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang pada Remaja SMA*. Jurnal Pendidikan Gizi dan Kesehatan, 9(1), 45–52.

Setiawan, H., Rahmawati, D., & Kurniawan, T. (2021). Pola Makan Sehat pada Remaja: Tantangan dan Solusi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *15*(1), 23–31.

Siswanto, Y., Lestari, I. P., & Widyawati, S. A. (2022). Eating habits of adolescents as a risk factor for non communicable diseases during the covid-19 pandemic. Proceedings of Conference on

WHO. (2020). *Global Health Observatory (GHO) Data: Nutrition Facts Labeling and Health Promotion*. WHO International. https://www.who.int/data/gho

Yardley, S., Teunissen, P. W., & Dornan, T. (2021). *Experiential learning: Transforming theory into practice. Medical Teacher*, 43(6), 602–608.

Yuliana, I., Sari, I. P., & Febry, F. (2023). Peningkatan Keterampilan Mahasiswa dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi Menggunakan Media Booklet Digital. *Jurnal PkM (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *6*(3), 312–318.