

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN
MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PERUBAHAN
PERILAKU KONSUMSI JAJANAN PADA REMAJA
DI SMP NEGERI 31 KOTA PADANG
TAHUN 2026**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai

Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Gizi



Oleh :

ICHA AGUSTINA NST

2120272078

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA
2026**

PROGRAM STUDI S1 GIZI

UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA

Skripsi, Maret 2026

ICHA AGUSTINA

NIM: 2120272078

EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI JAJANAN PADA REMAJA DI SMP NEGERI 31 KOTA PADANG TAHUN 2026

Abstrak

Masa remaja merupakan fase pertumbuhan pesat yang membutuhkan asupan gizi optimal. Kurangnya pemahaman gizi sering kali memicu perilaku konsumsi jajanan yang tidak sehat di lingkungan sekolah. Di era digital, metode edukasi konvensional kurang menarik perhatian remaja, sehingga diperlukan media yang inovatif, visual, dan dinamis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan perilaku (pengetahuan, sikap, dan perilaku) konsumsi jajanan pada remaja di SMP Negeri 31 Kota Padang Tahun 2026.

Jenis penelitian ini adalah kuasi-eksperimen (*Quasi-Experiment*) dengan rancangan *One Group Pretest and Posttest Design*. Populasi penelitian adalah sebanyak 285 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 74 siswa yang dipilih menggunakan kriteria tertentu. Intervensi dilakukan sebanyak dua kali menggunakan media video animasi. Analisis data menggunakan analisis univariat (median dan nilai minimum-maksimum) dan analisis bivariat menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* karena distribusi data tidak normal.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dari sebelum intervensi (median = 9) menjadi setelah intervensi (median = 10) dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai median perilaku juga mengalami peningkatan dari sebelum intervensi dengan nilai $p = 0,002$ dan $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Sementara itu, nilai median sikap stabil berkisar antara 37 hingga 37,5 (skor maksimal 40) namun tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan secara statistik dengan nilai $p > 0,05$ akibat terjadinya efek plafon (*ceiling effect*), di mana sikap awal responden memang sudah sangat tinggi.

Dapat disimpulkan bahwa video animasi terbukti efektif secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku konsumsi jajanan pada remaja di SMP Negeri 31 Kota Padang

Kata Kunci: Edukasi Gizi, Video Animasi, Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Jajanan, Remaja

BACHELOR OF NUTRITION STUDY PROGRAM

UNIVERSITY OF PERINTIS INDONESIA

Thesis, March 2026

ICHA AGUSTINA NST

NIM: 2120272078

**THE EFFECTIVENESS OF NUTRITION EDUCATION USING
ANIMATION VIDEO MEDIA ON CHANGES IN SNACK CONSUMPTION
BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 31 PADANG CITY
IN 2026**

Abstract

Adolescence is a phase of rapid growth that requires optimal nutritional intake. A lack of nutritional understanding often triggers unhealthy snack consumption behaviors in the school environment. In the digital era, conventional education methods are less appealing to teenagers, so innovative, visual, and dynamic media are needed. This study aims to determine the effectiveness of nutrition education using animated video media on behavioral changes (knowledge, attitude, and behavior) in snack consumption among teenagers at SMP Negeri 31, Padang City in 2026.

This type of research is a quasi-experiment with a One Group Pretest and Posttest Design. The research population was 285 people, with a sample size of 74 students selected using specific criteria. The intervention was carried out twice using animated video media. Data analysis used univariate analysis (median and minimum-maximum values) and bivariate analysis using the non-parametric Wilcoxon Signed Rank Test because the data distribution was not normal.

The research results showed a significant increase from before the intervention (median = 9) to after the intervention (median = 10) with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). The median behavior score also increased from before the intervention with p-values of 0.002 and 0.005 ($p < 0.05$). Meanwhile, the median attitude score remained stable, ranging from 37 to 37.5 (maximum score 40), but did not show a statistically significant effect with a p-value > 0.05 due to the ceiling effect, where the respondents' initial attitudes were already very high.

It can be concluded that animated videos have been proven to be significantly effective in increasing knowledge and changing snack consumption behavior in adolescents at SMP Negeri 31 Kota Padang.

Keywords: Nutrition Education, Animated Video, Knowledge, Attitude, Behavior, Snacks, Adolescents.

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa Remaja merupakan fase yang menjembatani masa kanak-kanak dan masa dewasa, dimulai pada rentang usia 9-10 tahun hingga berakhir di usia 18 tahun. Masa ini adalah fase krusial dimana dibutuhkan asupan gizi optimal untuk perkembangan fisik dan kognitif secara maksimal. Secara etimologis, istilah remaja bermakna proses tumbuh menjadi dewasa. World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun, sedangkan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menggunakan istilah kaum muda untuk kelompok usia 15-24 tahun. Seluruh definisi tersebut kemudian diintegrasikan ke dalam terminologi kaum muda (*young people*) yang mencakup rentang usia 10-24 tahun (Fenti, 2021).

Masalah gizi yang sering dialami remaja antara lain kekurangan zat gizi (Syarifurrahman, 2023). Remaja golongan usia 13-18 tahun terjadi pertumbuhan yang sangat cepat sehingga kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan aktivitas meningkat, golongan umur ini umumnya mempunyai nafsu makan baik (Tamara & Febriantika, 2023). Remaja rentan mengalami masalah gizi karena merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik fisiologis dan psikososial. Disamping itu kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*Growth Spurt*) sehingga dibutuhkan zat gizi yang relative lebih besar (Kisnawaty, 2023).

Peningkatan pertumbuhan mendadak ini disertai dengan perubahan-perubahan hormonal, kognitif, dan emosional. Semua perubahan ini membutuhkan zat gizi secara khusus (Masnina, 2022). Remaja memerlukan asupan zat gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan; kebutuhan zat gizi yang tidak terpenuhi dapat menghambat perkembangan fisik sehingga berpengaruh pada status gizi remaja (Ma'sunnah, 2021). Namun, pola konsumsi remaja saat ini umumnya kurang bervariasi dengan jumlah yang sedikit dan tidak lengkap tiap kali makan, sehingga menyebabkan asupan energi dari sumber

karbohidrat, protein, dan lemak sering kali tidak sesuai dengan anjuran kecukupan gizi (Insani, 2019).

Kondisi kesehatan remaja di tingkat sekolah menengah perlu mendapat perhatian khusus karena mereka adalah generasi pelanjut bangsa (Kesumasari, 2019). Gizi bagi anak sekolah dapat membentuk kebiasaan makan sejak dini agar tercapai kesehatan individu yang lebih baik di masa depan. Maka dari itu, dibutuhkan pengetahuan yang tepat tentang gizi seimbang untuk mencapai status gizi remaja yang optimal. Kurangnya pemahaman ini sering kali memicu perilaku makan yang salah di lingkungan sekolah.

Penelitian menemukan fenomena adanya perilaku penyimpangan pada remaja dalam pemenuhan gizi seimbang, seperti kebiasaan makan yang tidak teratur, kesukaan berlebih terhadap makanan tertentu, atau seringnya remaja meninggalkan sarapan (Putri & Yuliarti, 2022). Jenis makanan yang sangat disukai kalangan remaja sekolah adalah jajanan dan *fast food* karena penyajiannya menarik, cepat, serta menjadi media untuk bersosialisasi dengan teman sebaya. Di SMP Negeri 31 Kota Padang, ketersediaan berbagai jenis jajanan di sekitar sekolah menjadi tantangan tersendiri dalam membentuk perilaku konsumsi yang sehat.

Berdasarkan observasi awal di SMP Negeri 31 Kota Padang, terlihat fenomena tingginya aksesibilitas siswa terhadap berbagai jenis jajanan yang dijual baik di kantin maupun oleh pedagang kaki lima di sekitar gerbang sekolah. Jajanan yang mendominasi umumnya adalah makanan rendah serat namun tinggi penyedap rasa (MSG), pewarna mencolok, dan gorengan yang menggunakan minyak berulang kali. Hal ini diperparah dengan kecenderungan siswa yang lebih memprioritaskan rasa dan harga yang terjangkau dibandingkan nilai gizi serta keamanan pangan dari jajanan tersebut.

Tingkat pengetahuan gizi seseorang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan yang dimaksud ialah pengetahuan gizi dan jajanan sehat yang dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun informal (Nissa, 2022). Meskipun demikian, pengetahuan gizi yang baik tidak selalu menjamin seseorang akan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari tanpa adanya stimulasi yang menarik. Siswa diharapkan mendapatkan materi gizi yang

inovatif agar dapat meningkatkan ilmu pengetahuan yang kemudian membentuk perilaku gizi yang baik secara berkelanjutan (Yuliarti, 2021).

Pedoman Umum Gizi Seimbang mencetuskan empat pilar utama, yaitu mengonsumsi makanan beragam, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan (Kemenkes, 2014). Selain perilaku makan, kurangnya edukasi gizi yang efektif dapat menyebabkan masalah status gizi remaja di Indonesia. Jika remaja memiliki pengetahuan yang baik melalui media edukasi yang tepat, diharapkan mereka juga memiliki perilaku konsumsi jajanan yang lebih selektif dan status gizi yang baik (Marwan & Hidayah, 2022).

Status gizi individu sangat bergantung pada asupan gizi dan kebutuhannya. Jika asupan gizinya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik (Bhavya & Somashekar, 2023). Sebaliknya, ketidakseimbangan asupan akan menghasilkan status gizi yang buruk (Wulandari & Mardisentosa, 2021). Secara nasional, prevalensi berat badan lebih dan obesitas mencapai 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun (Kemenkes, 2020). Data ini menunjukkan perlunya intervensi nyata di lingkungan sekolah untuk menekan angka masalah gizi pada kelompok usia tersebut.

Di era digital saat ini, remaja yang tergolong dalam *Digital Natives* (generasi yang lahir dan tumbuh bersama teknologi) memiliki karakteristik belajar yang sangat visual dan dinamis. Metode edukasi gizi konvensional, seperti pemberian materi secara lisan atau melalui media cetak (leaflet dan poster), seringkali dianggap membosankan dan kurang mampu menarik atensi remaja secara berkelanjutan. Fenomena yang ditemukan di SMP Negeri 31 Kota Padang menunjukkan bahwa rendahnya perubahan perilaku konsumsi jajanan disebabkan oleh informasi gizi yang selama ini diterima siswa bersifat statis dan kurang aplikatif. video animasi mampu memvisualisasikan konsep-konsep gizi yang bersifat abstrak menjadi konkret. Sebagai contoh, dampak jangka panjang dari zat adiktif berbahaya atau proses terjadinya obesitas akibat jajanan tidak sehat dapat digambarkan secara nyata melalui karakter animasi yang menarik. Hal ini sejalan dengan Teori Belajar Sosial (*Social Learning Theory*) dari Albert Bandura, di mana individu belajar melalui pengamatan terhadap model. Karakter dalam video animasi berperan sebagai *role model* yang memberikan contoh perilaku sehat, sehingga

memicu proses identifikasi diri pada siswa yang kemudian mendorong terjadinya perubahan perilaku konsumsi jajanan di lingkungan sekolah. Dengan keunggulan interaktivitas dan daya tariknya, video animasi diharapkan mampu menjembatani kesenjangan antara pengetahuan gizi yang dimiliki siswa dengan tindakan nyata mereka dalam memilih jajanan sehat sehari-hari.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih jauh mengenai **“Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Perubahan Perilaku Konsumsi Jajanan pada Remaja di SMP Negeri 31 Kota Padang Tahun 2026”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, Bagaimana Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Video Animasi Terhadap Perubahan Perilaku Konsumsi Jajanan pada Remaja Di SMP Negeri 31 Kota Padang tahun 2026.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahuinya Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Perubahan Perilaku konsumsi Jajanan Pada Remaja di SMPN 31 Kota Padang tahun 2026.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Diketahuinya rata-rata pengetahuan remaja tentang konsumsi jajanan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi.
- b. Diketahuinya rata-rata sikap remaja tentang konsumsi jajanan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan video animasi.
- c. Diketahuinya rata-rata perilaku remaja tentang konsumsi jajanan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan video animasi.
- d. Diketahuinya pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan pengetahuan konsumsi jajanan Siswa SMP Negeri 31 Kota Padang

- e. Diketuainya pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan sikap konsumsi jajanan Siswa SMP Negeri 31 Kota Padang
- f. Diketuainya pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan perilaku konsumsi jajanan Siswa SMP Negeri 31 Kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah Menengah Pertama

Diharapkan dengan penelitian ini dapat membantu siswa/I Sekolah Menengah Pertama untuk Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang Konsumsi Jajanan pada remaja.

1.4.2 Bagi Peneliti

Diharapkan Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis untuk mengembangkan penelitian di lapangan dan menambah pengalaman dalam mengkaji suatu permasalahan secara ilmiah dengan teori yang diperoleh.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Perubahan Perilaku Konsumsi Jajanan pada remaja di SMPN 31 Kota Padang. Variabel dependen pada penelitian ini adalah perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku dan variabel independent yaitu Efektivitas edukasi gizi menggunakan media video animasi. Desain penelitian yaang digunakan yaitu *Quasy Eksperimen*, dengan jenis rancangan penelitian *One Group, Pretest dan Posttest design*. Penelitian ini dilakukan dua kali pada sekelompok subjek yakni sebelum penelitian (*pre test*) dan setelah dilakukan penelitian (*post test*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas VII di SMPN 31 Kota Padang dengan jumlah siswa/i 285 orang dan jumlah sampel sebanyak 74 siswa/i. Penelitian ini di laksanakan pada bulan Januari-Februari 2026 di SMPN 31 Kota Padang.

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan yang mempengaruhi hasil penelitian. Keterbatasan tersebut diantaranya yaitu :

Adanya keterbatasan waktu penelitian dimana rancangan awal yang direncanakan adalah sebanyak tiga kali pertemuan namun tidak dapat sepenuhnya terlaksana dikarenakan penyesuaian kalender akademik sekolah (libur Ramadhan), hal ini menyebabkan pengambilan data hanya dilakukan sebanyak dua kali sesi. Meskipun demikian, peneliti telah melakukan optimalisasi pada setiap sesi agar kedalaman data tetap terjaga dan memenuhi kriteria minimum analisis.

Selain keterbatasan waktu akibat penyesuaian kalender akademik (libur Ramadhan) yang mengurangi frekuensi pertemuan, penelitian ini juga dibatasi oleh aspek subjektivitas responden. Sebagai siswa SMP yang berada pada masa remaja awal, terdapat kecenderungan responden untuk memberikan jawaban yang bersifat normatif atau *social desirability bias*. Hal ini memungkinkan adanya jarak antara data yang dilaporkan dengan fakta perilaku di lapangan, meskipun peneliti telah berupaya menjamin kerahasiaan identitas serta jawaban siswa.

5.2 Analisis Univariat

5.2.1 Nilai Rata-Rata Pengetahuan Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Bedasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 74 sampel didapatkan adanya peningkatan nilai median dari 9 menjadi 10 menunjukkan bahwa materi edukasi mengenai jajanan sehat dapat diterima dan dipahami dengan sangat baik oleh responden. Hal yang paling menonjol adalah peningkatan nilai minimum dari 5 menjadi 8 setelah intervensi pertama. Ini mengindikasikan bahwa edukasi gizi berperan besar dalam memangkas kesenjangan pemahaman (*knowledge gap*) antar

responden, sehingga responden yang sebelumnya memiliki pengetahuan rendah dapat mencapai standar pemahaman yang sama dengan rekan-rekannya.

Pada tahap kedua, meskipun median tetap berada di angka 10, sempat terjadi penurunan nilai minimal menjadi 6 pada *Pretest II*. Hal ini merupakan fenomena yang wajar dalam proses belajar yang disebut dengan *memory decay* atau penurunan retensi ingatan seiring berjalannya waktu. Namun, setelah diberikan penguatan pada intervensi kedua, nilai minimal kembali naik menjadi 8. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi tidak cukup dilakukan hanya satu kali. Pemberian informasi yang berulang (*repetition*) sangat diperlukan untuk menjaga stabilitas pengetahuan dalam jangka panjang. Pengulangan ini berfungsi sebagai *reinforcement* (penguatan) agar informasi mengenai pemilihan jajanan sehat berpindah dari memori jangka pendek (*short-term memory*) ke memori jangka panjang (*long-term memory*).

Tingginya nilai pengetahuan responden (Median 10) di akhir penelitian menjadi modal dasar (*predisposing factor*) bagi responden untuk bersikap dan berperilaku lebih selektif dalam mengonsumsi jajanan. Keberhasilan peningkatan batas bawah nilai (dari 5 menjadi 8) membuktikan bahwa intervensi ini inklusif dan mampu menjangkau responden dengan tingkat pemahaman awal yang rendah sekalipun.

5.2.2 Nilai Rata-Rata Sikap Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 74 sampel terlihat bahwa sikap responden terhadap pemilihan jajanan sehat berada pada kategori yang sangat baik dengan nilai median yang stabil di angka 37 pada tiga pengukuran awal dan meningkat menjadi 37,5 pada pengukuran akhir (*Posttest II*). Meskipun secara numerik terdapat peningkatan, hasil uji statistik *Wilcoxon* (seperti dibahas pada bagian sebelumnya) menunjukkan bahwa perubahan ini tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$).

Stabilitas nilai median pada angka 37 dari skor maksimal 40 menunjukkan adanya *Ceiling Effect*. Fenomena ini terjadi ketika skor awal responden sudah terlalu tinggi, sehingga intervensi edukasi gizi yang diberikan tidak lagi menunjukkan perubahan yang drastis secara statistik. Hal ini mengindikasikan

bahwa responden secara umum sudah memiliki kecenderungan sikap yang positif terhadap jajanan sehat sebelum penelitian dimulai. Menurut Notoatmodjo (2019), sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap yang sudah positif sejak awal memberikan dasar yang kuat, namun menantang bagi peneliti untuk melihat efektivitas intervensi dalam durasi singkat.

Meskipun intervensi edukasi gizi belum mampu meningkatkan skor sikap secara signifikan, keberhasilan mempertahankan median di level tinggi (37-37,5) merupakan hasil yang positif. Responden tetap berada pada koridor sikap yang mendukung kesehatan gizi. Munculnya nilai-nilai rendah (pencilan) pada pengukuran akhir perlu menjadi catatan bagi pihak sekolah atau peneliti selanjutnya untuk mencari metode edukasi yang lebih variatif guna menjaga konsistensi sikap responden agar tidak mengalami penurunan.

5.2.3 Nilai Rata-Rata Perilaku Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 4.4, variabel perilaku menunjukkan perkembangan yang positif namun bersifat bertahap. Nilai median perilaku responden stabil di angka 6 pada tiga pengukuran awal, namun menunjukkan kenaikan menjadi 7 pada pengukuran akhir (*Posttest II*). Secara statistik, hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai signifikansi ($p < 0,05$), yang berarti intervensi edukasi gizi yang diberikan memberikan pengaruh nyata terhadap perubahan tindakan responden dalam memilih jajanan.

Kenaikan median dari 6 menjadi 7 mencerminkan bahwa perubahan perilaku tidak terjadi secara instan sebagaimana perubahan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan teori Rogers mengenai *Diffusion of Innovation*, yang menyatakan bahwa seseorang mengadopsi perilaku baru melalui tahapan yang dimulai dari kesadaran (*awareness*), ketertarikan (*interest*), evaluasi (*evaluation*), hingga akhirnya mencoba (*trial*) dan menerapkan (*adoption*). Stabilitasnya angka median di awal penelitian menunjukkan bahwa responden masih berada pada tahap evaluasi, dan baru mulai menunjukkan perubahan tindakan nyata setelah diberikan penguatan pada intervensi kedua.

Peningkatan nilai median menjadi 7 dan kenaikan nilai minimum menjadi 2 menandakan bahwa intervensi edukasi gizi telah berhasil melewati tahap transfer ilmu (kognitif) menuju tahap penerapan (psikomotor). Keberhasilan intervensi kedua dalam memperbaiki perilaku yang sangat rendah (dari skor 0 ke 2) menunjukkan bahwa strategi pengulangan edukasi (*reinforcement*) adalah kunci utama dalam merubah kebiasaan konsumsi jajanan yang tidak sehat pada responden.

5.3 Analisis Bivariat

5.3.1 Perbedaan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pemberian edukasi gizi melalui media video animasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai konsumsi jajanan. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,000$ pada intervensi tahap pertama dan $p = 0,008$ pada intervensi tahap kedua ($p < 0,05$). Signifikansi yang sangat kuat pada tahap pertama $p = 0,000$ menunjukkan bahwa video animasi merupakan media yang efektif untuk menyampaikan pesan gizi kepada remaja. Video animasi menggabungkan unsur visual, auditori, dan gerak secara bersamaan, sehingga mampu menarik perhatian (*attention*) dan mempermudah proses kognitif dalam memahami materi yang kompleks.

Hasil uji bivariat pada tahap kedua tetap menunjukkan pengaruh yang signifikan ($p = 0,008$) meskipun nilai median sudah mencapai angka maksimal. Hal ini membuktikan bahwa intervensi kedua berfungsi sebagai penguatan (*reinforcement*). Intervensi ini berhasil meningkatkan nilai responden yang masih berada di batas bawah (dari skor 6 pada *Pretest II* menjadi 8 pada *Posttest II*). Secara statistik, signifikansi pada tahap kedua ini menjelaskan bahwa video animasi tidak hanya menambah pengetahuan baru, tetapi juga memperbaiki pemahaman yang keliru atau terlupakan (*memory decay*) di antara dua waktu pengukuran.

Dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima; terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan responden. Keberhasilan intervensi dalam membawa

mayoritas responden mencapai nilai median maksimal (10) menunjukkan bahwa media ini sangat cocok digunakan sebagai instrumen promosi kesehatan bagi kelompok remaja.

5.3.2 Perbedaan Nilai Rata-Rata Sikap Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pemberian edukasi gizi melalui media video animasi tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan sikap responden. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,345$ pada intervensi tahap pertama dan $p = 0,101$ pada intervensi tahap kedua ($p > 0,05$).

Penyebab utama dari tidak signifikannya hasil ini adalah nilai awal sikap responden yang sudah sangat tinggi sebelum intervensi diberikan. Dengan nilai median awal 37 dari skor maksimal 40, responden sudah berada pada kategori sikap yang sangat positif. Dalam statistika, fenomena ini dikenal sebagai *Ceiling Effect*, di mana ruang untuk terjadinya peningkatan (*level of improvement*) sangat terbatas karena skor responden sudah mendekati nilai sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa media video animasi mungkin lebih berperan sebagai instrumen pemeliharaan (*maintenance*) sikap positif yang sudah ada, daripada sebagai agen perubahan sikap yang radikal.

Dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan media video animasi dalam penelitian ini belum mampu memberikan pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap sikap responden. Meskipun demikian, secara deskriptif responden berhasil mempertahankan sikap yang positif. Hal ini memberikan masukan berharga bahwa untuk merubah sikap secara signifikan pada kelompok yang sudah memiliki dasar sikap yang baik, diperlukan intervensi yang lebih personal, durasi yang lebih lama, atau metode diskusi dua arah (*peer group discussion*) di samping media video animasi.

5.3.3 Perbedaan Nilai Rata-Rata Perilaku Tentang Konsumsi Jajanan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pemberian edukasi gizi melalui media video animasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap

perubahan perilaku responden dalam mengonsumsi jajanan. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,002$ pada intervensi tahap pertama dan $p = 0,005$ pada intervensi tahap kedua ($p < 0,05$).

Signifikansi pada tahap pertama ($p = 0,002$) dan tahap kedua ($p = 0,005$) menunjukkan bahwa video animasi tidak hanya berhenti pada peningkatan wawasan, tetapi mampu menstimulasi responden untuk mempraktikkan pemilihan jajanan yang lebih sehat. Kenaikan nilai median dari 6 menjadi 7 pada pengukuran akhir mengindikasikan adanya pergeseran perilaku yang positif. Secara teoritis, video animasi memiliki daya tarik visual dan pesan yang konkret (seperti cara membaca label atau mengenali ciri jajanan berbahaya), sehingga lebih mudah ditiru oleh responden remaja. Hal ini sesuai dengan Teori Pemodelan (Modeling) dari Albert Bandura, yang menyatakan bahwa perilaku seseorang dapat terbentuk melalui pengamatan terhadap model yang ditampilkan dalam media audiovisual.

Dapat disimpulkan bahwa intervensi edukasi gizi menggunakan media video animasi secara konsisten dan berkelanjutan memberikan dampak nyata dalam memperbaiki tindakan responden. Keberhasilan menggeser median ke angka 7 dan menghilangkan skor perilaku 0 menunjukkan bahwa pendekatan audiovisual merupakan strategi yang tepat untuk intervensi kesehatan pada kelompok remaja, karena mampu menghasilkan perubahan perilaku yang terukur secara statistik.