

## **BAB IV**

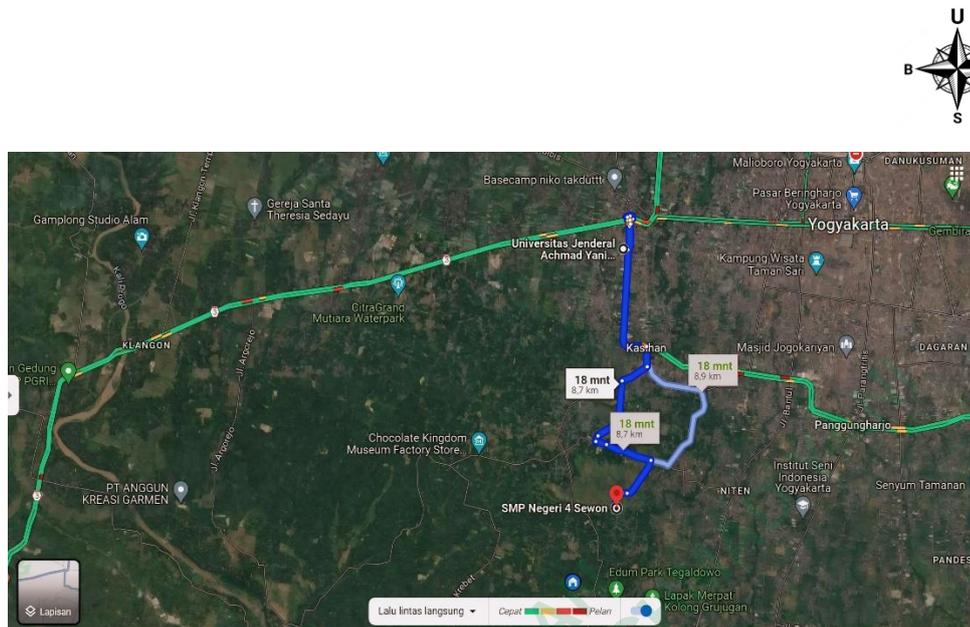
### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

SMPN 4 Sewon adalah sebuah sekolah negeri yang berlokasi di Perumahan Kasongan Permai, Jalan Amerta, Banyon, Pendowoharjo, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. SMPN 4 Sewon didirikan pada tahun 1995, sekolah tersebut terakreditasi B memiliki luas tanah 6.126 m<sup>2</sup> dan luas bangunan 1.315 m<sup>2</sup>. Sekolah ini dipimpin oleh Dra. Ratna Handarini, M.Pd. terdiri dari 27 guru, 2 staf tata usaha, dan 4 petugas kebersihan. Selain itu, fasilitas tersebut memiliki satu perpustakaan, satu laboratorium IPA, satu laboratorium bahasa, satu laboratorium TI, satu laboratorium komputer, satu ruang bimbingan, satu ruang keterampilan, satu UKS, satu ruang OSIS, satu ruang haal, satu aula, satu kopsis, satu musholla, dan empat kantin. Sekolah ini memiliki 377 siswa pada tahun ajaran 2023/2024, dengan siswa kelas VII 128, kelas VIII 126, dan kelas IX 123.

Sekolah memiliki program UKS yang bekerjasama dengan puskesmas yaitu aksi gizi. Aksi gizi tersebut siswa siswi kelas 7, 8, dan 9 diminta membawa bekal sarapan dari rumah, kemudian melakukan sarapan pagi bersama di sekolah dan didampingi oleh wali kelas masing-masing. Sarapan pagi bersama hanya dilakukan di waktu tertentu, untuk perempuan setelah sarapan pagi bersama dipandu untuk minum tablet penambah darah. Edukasi gizi seimbang belum dilakukan di sekolah, hanya pernah dilakukan penyuluhan tentang makanan atau jajanan sehat setiap awal tahun pembelajaran oleh puskesmas. Namun, belum ada program kesehatan disetiap bulannya tentang gizi seimbang di sekolah tersebut. Maps sekolah SMPN 4 Sewon dapat dilihat pada Gambar 4.1.



Gambar 4.1 Lokasi Penelitian

## 2. Analisis Univariat

Analisis univariat untuk menjelaskan setiap variabel melalui distribusi frekuensi dan persentase.

### a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 menunjukkan hasil penelitian yang menjelaskan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pengetahuan di SMPN 4 Sewon:

**Tabel 4.1 Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin**

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	<b>Usia</b>		
	12-13 Tahun	40	63,5
	>13 Tahun	23	36,5
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	33	52,4
	Perempuan	30	47,6
	Total	63	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 63 responden di SMPN 4 Sewon, usia tertinggi adalah 12-13 tahun dengan 40 orang (63,5%), dan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki 33 orang (52,4%).

- b. Pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang gizi seimbang

**Tabel 4.2 Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah diberikan Edukasi Tentang Gizi Seimbang di SMPN 4 Sewon**

Tingkat pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	f	%	f	%
Kurang	17	27,0	0	0,0
Cukup	46	73,0	57	90,5
Baik	0	0,0	6	9,5
Total	63	100	63	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 4.2 diketahui bahwa dari 63 orang yang menjawab, sebagian besar berada pada kategori pengetahuan cukup, yaitu 46 orang (73,0%) sebelum diberikan edukasi tentang gizi seimbang, dan 57 orang (90,5%) berada pada kategori pengetahuan cukup setelah diberikan edukasi.

### 3. Analisis Bivariat

- a. Pengaruh edukasi menggunakan video animasi terhadap pengetahuan gizi seimbang

Hasil analisis pengaruh edukasi menggunakan video animasi tentang pengetahuan gizi seimbang pada responden SMPN 4 Sewon ditunjukkan dalam Tabel 4.3:

**Tabel 4.4 Uji *Marginal Homogeneity* Pengaruh Edukasi tentang Gizi Seimbang di SMPN 4 Sewon**

		Pengetahuan sesudah penyuluhan			Total	<i>p-value</i>
		Kurang	Cukup	Baik		
		Pengetahuan sebelum penyuluhan	Kurang	0		
	Cukup	0	40	6	46	
	Baik	0	0	0	0	
Total		0	57	6	63	

Tabel 4.3 menunjukkan adanya perbedaan nilai pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Terdapat 17 orang dengan pengetahuan kurang pada *pre-test* dan 40 orang dengan pengetahuan cukup. Setelah edukasi, 57 orang dengan pengetahuan cukup dan 6 orang dengan pengetahuan baik. Hasil uji *Marginal Homogeneity* menunjukkan

nilai *p-value* sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam pengetahuan tentang gizi seimbang setelah diberikan edukasi menggunakan video animasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi tentang gizi seimbang memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja.

## B. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian ini ditentukan berdasarkan usia dan jenis kelamin. Responden dalam penelitian ini berjumlah 63 siswa dan siswi dengan karakteristik responden menurut usia mayoritas 12-13 tahun. Penelitian ini sejalan dengan (Bahar, 2020) bahwa usia 13-15 tahun sebanyak 45 responden (76,2%) mendominasi usia. Didukung dengan penelitian (Dampang & Divany, 2024) bahwa rentang usia paling banyak pada remaja awal sebesar 64,7% di kelompok kontrol sedangkan dikelompok perlakuan (50%) usia remaja awal. Remaja adalah masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa, yang biasanya terjadi antara usia 13-20 tahun. Remaja laki-laki membutuhkan lebih banyak makanan daripada remaja perempuan karena mereka melakukan aktivitas fisik yang lebih berat dan mengalami perubahan fisik yang pesat selama periode ini. Untuk kematangan mereka di masa depan, mereka harus makan dengan gizi seimbang mulai saat ini.

Penelitian ini, mayoritas responden adalah laki-laki, sesuai dengan temuan Aryandi *et al.* (2023), yang menunjukkan bahwa 50,8 persen responden adalah laki-laki dan 49,2 persen adalah perempuan. Kebutuhan gizi remaja laki-laki dan perempuan berbeda untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka. Remaja laki-laki berusia 13-15 tahun memerlukan 2475 kkal energi, sedangkan remaja perempuan pada usia yang sama memerlukan 2125 kkal energi. Kedua kelompok remaja tersebut membutuhkan 72 gram protein, 83 gram lemak, dan 69 gram zat besi. Namun, kebutuhan gizi remaja perempuan dapat berbeda

karena menstruasi, yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulan dan dapat mengakibatkan kekurangan zat besi (Depkes RI, 2013).

## **2. Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi tentang Gizi Seimbang pada Remaja di SMPN 4 Sewon.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (73,0%) memiliki pemahaman yang cukup tentang gizi seimbang sebelum pendidikan, dan hanya 17 responden yang memiliki pemahaman yang kurang (27,0%), tidak ada responden yang berada dalam kategori pengetahuan yang baik. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Zahra, 2023), yang menunjukkan bahwa 53,3% dari responden mengetahui tentang gizi seimbang dengan kategori cukup. Perkembangan fisik, psikologis, dan kognitif terjadi pada usia remaja. Masa remaja juga memberikan keberanian untuk melakukan banyak hal, yang menghasilkan pengalaman dan pengetahuan. Selain itu, orang biasanya sangat ingin tahu tentang informasi (Utari *et al.*, 2020). Ini akan berdampak besar pada pendidikannya. Hal ini dapat disebabkan oleh fakta bahwa selain usia, pengetahuan juga dipengaruhi oleh komponen lain, seperti informasi dan minat. Perkembangan teknologi juga membantu menyebarkan informasi. Informasi dapat diperoleh dari berbagai sumber, seperti media cetak, media sosial, atau elektronik, atau bahkan dari seminar atau penyuluh kesehatan. Selain itu, informasi tersebut sering dipajang di tempat umum, seperti iklan dan poster, sehingga berdampak pada pengetahuan (So'o *et al.*, 2022). Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa siswi di SMPN 4 Sewon telah menerima informasi tentang gizi seimbang, sehingga pengetahuan mereka baik. Minat juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang berusia dewasa, pengetahuannya tidak akan bertambah jika mereka tidak tertarik untuk belajar lebih banyak (Utari *et al.*, 2020).

Dampak kurangnya pengetahuan dapat mempengaruhi status gizi seseorang, salah satunya karena kurangnya sumber informasi.

Responden yang memiliki informasi rendah tentang gizi akan kesulitan menerapkan kebiasaan sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Jayanti, 2017). Pengetahuan tentang nutrisi sangat penting untuk mengubah kebiasaan makan seseorang karena mempengaruhi mereka tentang jenis makanan apa dan berapa banyak yang mereka konsumsi. (Indraswari, 2019). Masalah gizi pada remaja dapat memengaruhi status gizi dan kesehatan secara keseluruhan. Gizi yang buruk dapat memengaruhi penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, dan memengaruhi kesehatan reproduksi (Rahmat, 2022).

Pemenuhan zat gizi sangat penting bagi remaja putri karena mereka sedang mempersiapkan diri untuk menjadi ibu (Hidana *et al.*, 2022). Masalah gizi pada remaja, baik dalam jumlah kecil maupun besar, dapat meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit, termasuk penyakit menular. Jika masalah gizi ini berlanjut hingga dewasa dan saat menikah, hal tersebut dapat berdampak pada kesehatan janin yang dikandungnya (Dwimawati, 2020). Remaja perempuan sering mengikuti pola makan yang tidak sehat, yang dapat mengakibatkan kekurangan zat gizi. Diet ini dapat mempengaruhi pola makan sehingga berdampak negatif pada kesehatan tubuh remaja (Danty *et al.*, 2019). Remaja akan mengalami dampak pada kesehatan dan status gizi mereka melalui makanan yang mereka konsumsi. Makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan masalah kesehatan, baik kelebihan gizi maupun kekurangan nutrisi. Jika status gizi remaja tidak dipantau secara teratur, penanganan masalah gizi mereka mungkin tidak akan efektif (Arum *et al.*, 2018).

### **3. Pengetahuan Setelah Diberikan Edukasi tentang Gizi Seimbang pada Remaja di SMPN 4 Sewon**

Hasil penelitian setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden (90,5%), atau 57 dari mereka, memiliki pemahaman yang cukup tentang gizi seimbang. Selain itu, ada 6

responden (9,5%) yang memiliki pemahaman yang baik, dan tidak ada yang berpengetahuan kurang. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat setelah menerima edukasi dibandingkan dengan pengetahuan sebelum diberikan edukasi. Sejalan dengan penelitian oleh Nurfitriani & Kurniasari (2023), yang menemukan adanya peningkatan pengetahuan setelah edukasi menggunakan media video animasi, di mana nilai rata-rata meningkat dari 54,80 menjadi 86,80. Penelitian ini juga didukung oleh Putra *et al.* (2019), yang menemukan bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah edukasi gizi mengenai anemia, dengan skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak menerima edukasi gizi. Hal ini disebabkan oleh tambahan pengetahuan tentang gizi yang diperoleh oleh siswa yang sebelumnya kurang mengetahui. Bahasa yang digunakan dalam pendidikan gizi juga mudah dipahami karena pesannya singkat dan mudah dipahami.

Pengetahuan tentang gizi sangat penting untuk membentuk kebiasaan makan karena hal tersebut mempengaruhi pilihan jenis makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan tentang gizi dapat memengaruhi sikap dan perilaku dalam menjalani hidup sehat, seperti kemampuan seseorang untuk memilih makanan yang baik, memahami manfaat makanan tertentu, dan mengetahui kandungan gizi makanan tertentu (Nurfitriani & Kurniasari, 2023). Penyebaran informasi tentang gizi, termasuk makanan yang baik dan buruk untuk dimakan, kepada masyarakat dari berbagai kalangan dikenal sebagai pendidikan gizi. Tujuannya adalah untuk mendorong perubahan pengetahuan dan perilaku terkait makanan dan gizi yang lebih positif (Sukraniti *et al.*, 2018).

#### **4. Pengaruh Edukasi Menggunakan Video Animasi terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang**

Hasil penelitian sebelum edukasi video animasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang, dan diikuti oleh responden pengetahuan kurang

tentang gizi seimbang. Setelah edukasi dilakukan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Hal ini disebabkan oleh kemampuan responden dalam menjawab pertanyaan tentang gizi seimbang dengan benar dan perhatian mereka terhadap video animasi yang diberikan, sehingga pengetahuan mereka menjadi lebih baik.

Hasil uji statistik menggunakan *Marginal Homogeneity* menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), yang menandakan adanya perbedaan signifikan dalam pengetahuan tentang gizi seimbang setelah responden di SMPN 4 Sewon menerima edukasi melalui video animasi. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa edukasi tentang gizi seimbang menggunakan video animasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Kelompok intervensi yang diajarkan nutrisi seimbang melalui video animasi memiliki nilai rata-rata *post-test* yang lebih tinggi, yaitu 90, menurut penelitian Frisda (2022). Uji *Wilcoxon* menunjukkan  $p = 0,000$  ( $p = 0,005$ ), menunjukkan bahwa video animasi meningkatkan pengetahuan gizi seimbang. Dewi (2023) juga melaporkan video gizi seimbang dengan *p-value* 0,000 bahwa pendidikan kesehatan memiliki dampak positif.

Peserta didik diberi kesempatan untuk bereksplorasi, retensi materi mereka akan meningkat. Hal ini didukung oleh Baugh, yang dikutip oleh Azhar Arsyad, yang menyatakan bahwa sekitar 90% hasil belajar seseorang diperoleh melalui penglihatan, sementara hanya sekitar 5% diperoleh melalui pendengaran, dan sekitar 12% melalui indera lainnya.

Video animasi adalah jenis media audiovisual yang memiliki kemampuan untuk menggerakkan objek dan menyampaikan pesan melalui cerita bergambar. Mereka digunakan untuk mengajarkan remaja tentang pentingnya nutrisi seimbang dan kebutuhan nutrisi mereka (Frisda *et al.*, 2022). Video dapat mengubah pengetahuan dan sikap remaja karena merupakan media yang melibatkan pendengaran dan penglihatan. Metode media ini sangat berdampak pada siswa karena

memberi mereka kemampuan untuk mengubah cara pandang mereka sebagai hasil dari belajar (Vidayanti *et al.*, 2020).

Keunggulan video animasi sebagai media untuk memberikan pendidikan kesehatan terletak pada kemampuannya untuk menarik perhatian, membuat proses pembelajaran lebih menyenangkan, dan mencegah kebosanan di kalangan remaja, sehingga meningkatkan motivasi belajar. Video animasi memiliki kemampuan untuk menjelaskan konsep yang kompleks yang sulit dijelaskan hanya dengan kata-kata atau gambar. Selain itu, penyajiannya luas, dikendalikan, dan diulang. Video animasi juga interaktif dan tidak memiliki batas waktu atau ruang. Jumlah panca indra yang terlibat dalam menerima stimulus memengaruhi efektivitas penggunaan media ini. Peningkatan pengetahuan baik sebelum maupun sesudah informasi disampaikan melalui media penyuluhan adalah salah satu indikator keberhasilan media penyuluhan (Azhari & Fayasari, 2020). Tirtayanti (2021) mendukung penelitian ini menunjukkan bahwa media video animasi lebih efektif dengan selisih 3,2 poin dibandingkan dengan kartu bergambar. Penelitian Azhari & Fayasari (2020) juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam skor sikap, konsumsi sayur dan buah, dan frekuensi sarapan siswa antara kelompok siswa yang diberikan pendidikan gizi melalui video dan ceramah. Kelompok yang diberikan pendidikan gizi melalui media video menunjukkan hasil yang lebih baik. Video animasi adalah media yang tepat untuk memberikan edukasi tentang gizi seimbang kepada remaja. Media ini dapat membantu remaja mengembangkan imajinasi mereka dan memberikan sarana belajar dalam cara yang menyenangkan, meningkatkan minat mereka dalam belajar karena bentuknya yang menarik dan mudah dipahami. Penggunaan media sosial yang sesuai dan tepat dalam membantu proses pembelajaran terutama dalam hal untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi pada remaja (Masitah *et al.*, 2018).

Analisis butir pernyataan kuisioner pada penjelasan tentang pesan dasar gizi seimbang dan pemenuhan gizi pada remaja. Pernyataan tersebut merupakan kuisioner yang memiliki jumlah jawaban salah terbanyak. Pada tahun 2014, prinsip gizi seimbang ditetapkan sebagai panduan pola makan sehat bagi masyarakat Indonesia. Dengan demikian, istilah "empat sehat lima sempurna" tidak lagi berlaku. Tidak hanya energi, kalsium, besi, dan vitamin yang perlu dipenuhi, tetapi juga semua kebutuhan gizi lainnya seperti protein. yang membentuk struktur sel tubuh dan diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan selama masa pertumbuhan agar jaringan tubuh dapat bertahan saat usia dewasa. Setelah karbohidrat, protein adalah sumber energi utama berikutnya. Protein dibagi menjadi dua jenis, protein nabati dan protein hewani, berdasarkan sumbernya. Menurut Ardyansyah (2023), mineral berfungsi untuk membentuk, mengatur, mengaktifkan, memindahkan, dan mengontrol berbagai proses metabolisme tubuh.

### **C. Keterbatasan**

Penelitian ini terdiri dari perencanaan dan pelaksanaan. Pelaksanaan memiliki beberapa hambatan dan keterbatasan, seperti:

#### **1. Keterbatasan**

Proses pengumpulan data untuk penelitian ini mengalami penundaan karena harus menunggu selesainya liburan semester. Dalam penyusunan skripsi ini, libur semester menjadi faktor yang menyebabkan keterlambatan dalam memperoleh data yang diperlukan untuk penelitian.

#### **2. Kelemahan**

Penelitian ini tidak memiliki kelompok kontrol sehingga tidak bisa melihat perbedaan jika tidak diberikan intervensi.