

## **MEDIA PROMOSI KESEHATAN VIDEO ANIMASI MENGENAI GIZI SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI**

*Health Promotion Media of Balanced Nutrition Animation Videos  
on Teenage Girl*

**Salsabila Alda Rizma <sup>1\*)</sup>, Rahmat Sudiyat <sup>1</sup>**

<sup>1)</sup>Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung

\*Email : salsabilaalidarizma@gmail.com dan sudiyatrahmat31@gmail.com

### **ABSTRACT**

The case of nutrition in Indonesia is still a concern of the government in balanced nutrition interventions. One of the nutritional problems that is still high is obesity in adolescents. Providing education and health information about balanced nutrition is needed by adolescent girls, who are obese. Through the implementation of balanced nutrition, obesity can be prevented and overcome. The balanced nutrition animation video educational media was developed because the availability of media is still small and has not been updated according to the wishes of teenage girl and what they need. The use of appropriate educational media will affect learning outcomes. The purpose of this study is to produce an animated video about balanced nutrition in adolescent girls that is appropriate to be used as a medium for health education. The type of research used is Research and Development (RnD) with the ADDIE development model. The types of data used are primary and secondary, data collection is carried out by means of material and media testing to experts as well as small-scale trials to research subjects. The results of the media feasibility test have a value of 74% and the material feasibility of the percentage value of 91.57% while the test on research subjects gets a value of 90%. So it can be concluded that this media is appropriate to be used as an educational medium about balanced nutrition in adolescent girls. It is hoped that this animated video will become an alternative educational media for outreach activities such as the UKS program carried out by the Pandaan Health Center UPT.

**Keywords** : Animation Video, Balanced Nutrition, Teenage Girl

### **ABSTRAK**

Kasus gizi di Indonesia masih menjadi perhatian pemerintah dalam intervensi gizi seimbang. Salah satu masalah gizi yang masih tinggi yaitu obesitas pada remaja. Pendidikan gizi dapat meningkatkan status gizi remaja, seperti pemanfaatan media promosi kesehatan. Pemberian edukasi dan informasi kesehatan mengenai gizi seimbang dibutuhkan oleh remaja putri, yang mengalami obesitas. Melalui pelaksanaan gizi seimbang, obesitas ini dapat dicegah dan diatasi. Media edukasi video animasi gizi seimbang dikembangkan karena ketersediaan media masih sedikit dan belum diperbaharui sesuai keinginan remaja putri dan yang mereka butuhkan. Tujuan penelitian ini untuk menghasilkan video animasi mengenai gizi seimbang pada remaja putri yang layak untuk digunakan sebagai media edukasi kesehatan. Jenis penelitian yang digunakan adalah Research and Development (R&D) dengan model pengembangan ADDIE. Jenis data yang digunakan ialah primer dan sekunder, pengumpulan data dilakukan dengan cara uji materi dan media kepada ahli sekaligus uji coba skala kecil kepada subjek penelitian. Hasil uji kelayakan media nilai sebesar 74% dan kelayakan materi nilai persentase sebesar 91,57% sedangkan uji coba pada subjek penelitian mendapat nilai sebesar 90%. Dapat disimpulkan bahwa media ini layak

digunakan sebagai media edukasi mengenai gizi seimbang pada remaja putri. Diharapkan video animasi ini menjadi alternatif media edukasi pada kegiatan penyuluhan seperti program UKS yang dilaksanakan UPT Puskesmas Pandaan.

**Kata Kunci** : Gizi Seimbang, Remaja Putri, Video Animasi

## PENDAHULUAN

Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan atau abnormal yang menimbulkan efek buruk bagi kesehatan.<sup>1</sup> Penyebab utama terjadinya obesitas yaitu ketidakseimbangan antara asupan energi dengan pengeluaran energi.<sup>2</sup> Selama ini sebagian masyarakat beranggapan bahwa orang gemuk menandakan sehat dan seperti orang yang hidupnya bahagia.<sup>3</sup> Namun, obesitas ternyata masuk dalam bagian dari penyakit tidak menular yang berdampak buruk bagi kesehatan dan akan menimbulkan beberapa penyakit tidak menular lainnya, seperti kardiovaskuler dan diabetes melitus.<sup>4</sup>

Pemenuhan gizi pada remaja merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan, sebab masa remaja sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat gizi seimbang sangat diperlukan. Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial.<sup>5</sup>

Data Risesdas 2018 menunjukkan bahwa 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Selain itu terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Data tersebut merepresentasikan kondisi gizi pada remaja di Indonesia

yang harus diperbaiki. Berdasarkan baseline survey UNICEF pada tahun 2017, ditemukan adanya perubahan pola makan dan aktivitas fisik pada remaja.<sup>6</sup>

Perbaikan gizi pada remaja melalui intervensi gizi spesifik seperti pendidikan gizi tujuannya untuk meningkatkan status gizi remaja, memutus rantai inter-generasi masalah gizi, masalah penyakit tidak menular dan kemiskinan.<sup>6</sup> Agar remaja mengetahui dan memahami tentang gizi seimbang perlu adanya edukasi yang dibantu dengan media promosi kesehatan. Hal ini dapat dilihat melalui penelitian yang sudah dilakukan oleh Christin Angelina F, Dina Dwi Nuryani, Dessy Elviyanti menyatakan bahwa media promosi Kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang terhadap gizi seimbang. Media promosi kesehatan adalah alat bantu untuk mempermudah menampilkan dan menyampaikan pesan – pesan kesehatan.<sup>7</sup> Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2017, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi membuat pendidikan kesehatan tidak hanya dilakukan melalui media-media konvensional, khususnya remaja yang cenderung lebih banyak terpapar oleh media informasi berbentuk digital seperti foto, ilustrasi gambar maupun video.<sup>8</sup>

Tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri.

## METODE

Penelitian dilakukan di Kecamatan Pandaan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan

(*research and development*). Model pengembangan yang digunakan dalam pengembangan media pendidikan kesehatan berupa video animasi mengenai gizi seimbang yang akan digunakan oleh peneliti adalah model pengembangan ADDIE yang terdiri dari lima tahapan, yaitu analisis (*analysis*), desain (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*). Namun pada penelitian ini hanya sampai 3 tahapan yang digunakan yaitu tahap analisis, dalam tahap ini peneliti akan melakukan analisis kebutuhan kepada 5 orang subjek penelitian untuk menggali kebutuhan dari media kesehatan yang diinginkan.

Selanjutnya yaitu tahap desain, dalam tahap ini peneliti mulai merancang dan menyusun kerangka media yang akan dibuat. Dan pada tahap terakhir yaitu pengembangan, dalam tahap ini peneliti mulai mengembangkan media dari rancangan media yang sudah dibuat. Lalu, peneliti melakukan uji kelayakan media kepada ahli materi, ahli media dan subjek penelitian.

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan kuesioner validasi kelayakan media, materi dan uji coba kelayakan media. Hasil ukur menggunakan skala likert. Cara ukur yaitu dengan ahli materi dan ahli media mengisi kuesioner yang diberikan secara online.

Data yang diperoleh adalah data primer dan data sekunder. Data Primer yaitu data yang didapatkan dari hasil uji penilaian media, uji materi dan uji coba pada sampel penelitian kali ini. Hal ini untuk melihat kelayakan media yang telah dikembangkan menggunakan kuesioner penilaian kepada ahli media, ahli materi dan sampel penelitian. Data sekunder yaitu data yang berasal dari literatur buku, jurnal penelitian yang mengacu pada parameter dan tujuan penelitian. Cara pengumpulan data dilakukan dengan cara sebagai berikut : Tahap 1 uji materi kepada ahli materi,

ahli media dan uji coba pada sampel penelitian/ tahap 2 studi pustaka untuk mendapat kajian teoritis maupun referensi lain yang mendukung penelitian ini.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Pengolahan data yang dilakukan pada tahap ini yaitu:  
a. Tahap 1 : *collecting data, reduting data, data display, conclusion drawing*.  
b. Tahap 2 : teknik pengukuran yang digunakan untuk pengumpulan data menggunakan *Skala Likert*.

Metode terdiri dari desain, subjek, lokasi, pertimbangan etis, pengukuran/alat ukur, cara pengumpulan data/prosedur dan analisis data yang digunakan.

Penelitian kali ini sudah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 03/KEPK/EC/VI/2021.

## HASIL

Analisis kebutuhan media pada penelitian ini dilakukan dengan wawancara terstruktur. Hasil dari analisis kebutuhan tersebut, diperoleh masalah mendasar yang ada di remaja putri yaitu media kesehatan mengenai gizi seimbang kurang menarik.

Hal tersebut dikarenakan masih banyak media yang menggunakan tulisan terlalu panjang dan warna media yang kurang menarik sehingga minat untuk melihat media kesehatan khususnya gizi seimbang menjadi kurang. Media audio visual seperti video animasi dinilai memudahkan remaja putri untuk memiliki minat untuk melihat media kesehatan gizi seimbang sehingga pesan yang ada di media kesehatan tersebut tersampaikan dengan baik.<sup>6</sup>

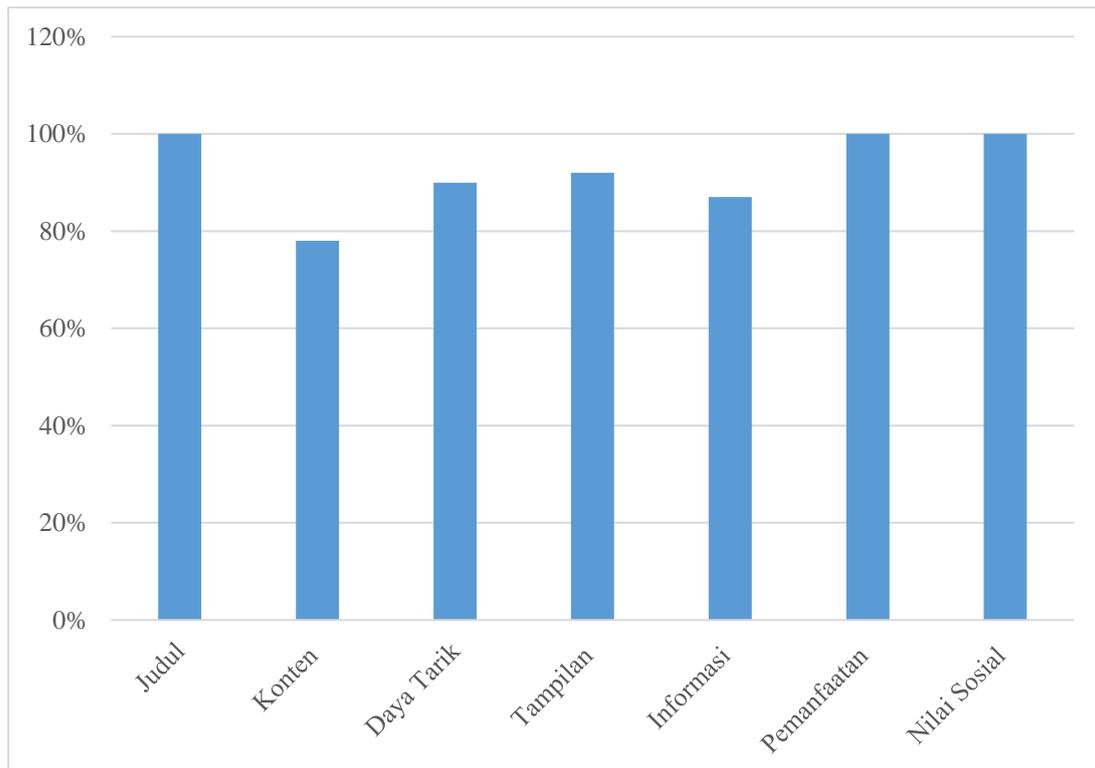
Diharapkan dengan adanya pengembangan video animasi tentang gizi seimbang bagi remaja putri, maka dapat membantu remaja putri untuk mengetahui lebih lanjut tentang gizi seimbang yang perlu dilakukan dalam kehidupan sehari – hari mereka. Sehingga resiko obesitas terhadap remaja putri di Kecamatan Pandaan

dapat berkurang dan angka obesitas turun.

Tahap pertama yang dilakukan pengembangan media ini dilakukan perencanaan terlebih dahulu, ini meliputi rancangan produk yang akan dihasilkan serta proses pengembangannya. Produk yang akan dikembangkan oleh peneliti yaitu media promosi kesehatan

video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri.

Proses pengembangan media tersebut, pertama ialah membuat matriks pengembangan media, kedua pembuatan naskah video, ketiga pra produksi media, lalu produksi media dan terakhir pasca produksi.

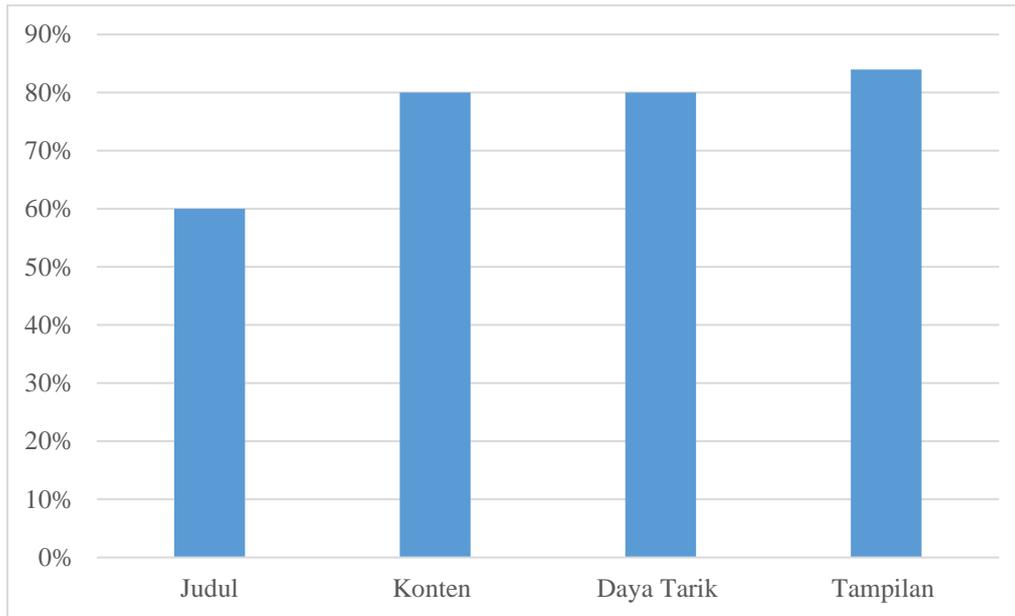


Keterangan gambar : Hasil Uji Kelayakan Ahli Materi

**Gambar 1 . Persentase Uji Kelayakan Ahli Materi**

Berdasarkan hasil penelitian dari kelayakan materi, aspek judul mendapatkan persentase sebesar 100%, aspek konten sebesar 78%, aspek daya tarik sebesar 90%, aspek

tampilan sebesar 92%, aspek informasi sebesar 87%, aspek pemanfaatan sebesar 100% dan aspek nilai sosial sebesar 100%.<sup>7</sup>

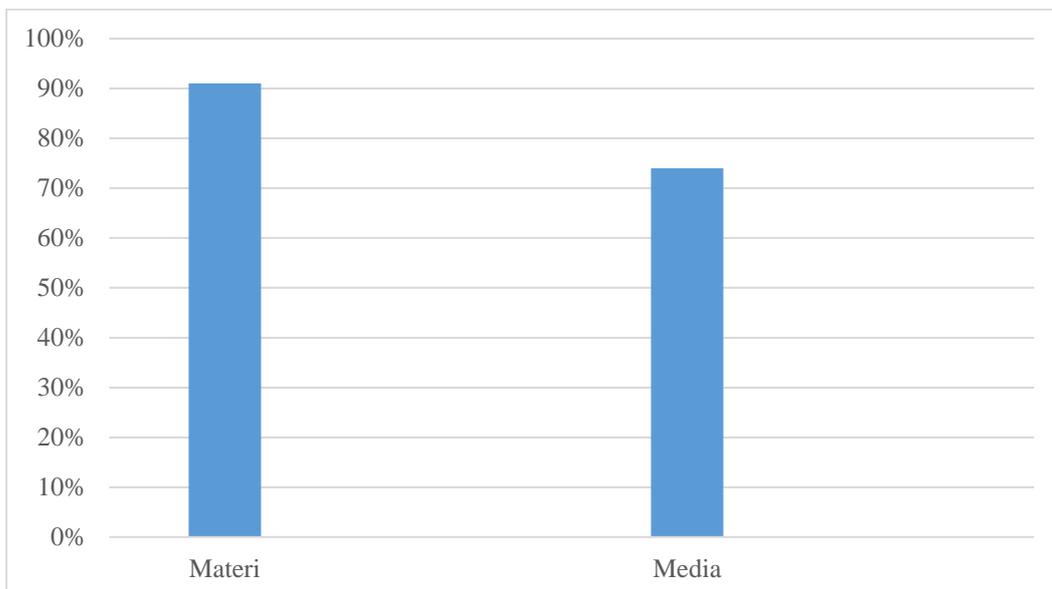


Keterangan gambar : Hasil Uji Kelayakan Ahli Media

**Gambar 2 . Persentase Uji Kelayakan Ahli Media**

Berdasarkan hasil dari ahli media, didapatkan hasil persentase aspek judul sebesar 60%, aspek konten 80%, aspek

daya tarik 80% dan tampilan sebesar 84%.



Keterangan gambar : Hasil Uji Kelayakan Subjek Penelitian

**Gambar 2 . Persentase Uji Kelayakan Subjek Penelitian**

Uji coba kelayakan pada sampel penelitian didapatkan persentase sebesar 91% untuk aspek materi dan 74% untuk aspek media yang dinyatakan dalam kriteria sangat layak.

## PEMBAHASAN

Media video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri ini dapat dikatakan layak dan bisa digunakan untuk edukasi tentang gizi seimbang bagi remaja putri di wilayah Kecamatan Pandaan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Puspita bahwa video animasi ialah media yang menggabungkan media audio dan media visual untuk menarik perhatian, menyajikan objek secara detail dan dapat membantu memahami suatu materi yang sifatnya sulit.<sup>9</sup>

Proses pengembangan media video animasi telah melalui beberapa tahap yaitu eksplorasi media atau analisis kebutuhan media, membuat prototype media atau desain media dan uji kelayakan media kepada ahli materi, ahli media dan juga uji coba media kepada subjek penelitian penelitian. Sama dengan penelitian yang dilakukan Bastiar Ismail Adhkar, proses media video animasi dikatakan layak setelah melalui beberapa tahap pengembangan dan validasi para ahli.<sup>10</sup>

Dari hasil wawancara pada tahap analisis kebutuhan media, dapat diketahui bahwa selama ini media kesehatan masih banyak yang kurang menarik mulai dari segi warna dan tulisan yang terlalu panjang sehingga remaja putri kurang tertarik terhadap media kesehatan yang ada saat ini. Menurut subjek penelitian media kesehatan yang diharapkan ada, yaitu media video yang terdapat gambar kartun atau animasi sehingga terkesan lebih unik untuk dilihat

Video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri merupakan salah satu bentuk pengembangan media yang dilakukan berdasarkan latar belakang yaitu masih tingginya angka obesitas dan kurangnya media

kesehatan yang mendukung dalam upaya penanggulangan serta pencegahan obesitas. Maka media yang dikembangkan dimaksudkan untuk memudahkan remaja putri dalam memahami tentang gizi seimbang agar bisa diterapkan dalam kehidupan sehari – hari, sehingga dapat membantu dalam pencegahan dan penanggulangan kasus obesitas. Hal ini juga selaras dengan hasil penelitian Ponza, Jampel, Sudarma bahwa hasil uji coba lapangan video animasi berbasis powtoon yang dikembangkan memiliki persentase 97,16% dengan kategori sangat baik.<sup>11</sup>

Peneliti membuat media video animasi ini menggunakan software online yaitu powtoon pro. Di dukung oleh pernyataan menurut Permatasari et al bahwa penggunaan media video animasi dapat membuat siswa memahami materi yang akan disampaikan.<sup>12</sup> Video animasi gizi seimbang bagi remaja putri ini merupakan bentuk hasil pengembangan media untuk memudahkan sasaran memahami materi gizi seimbang dan salah satu bentuk media untuk menunjang kegiatan promosi kesehatan khususnya gizi seimbang bagi remaja. Karena sudah di dukung perkembangan era digital, jadi media video animasi bisa disebarluaskan lewat mana saja.<sup>13</sup>

Berdasarkan data hasil uji kelayakan media video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri, media tersebut dikatakan layak untuk digunakan sebagai media promosi kesehatan. Hal tersebut sesuai dengan hasil uji kelayakan yang dilakukan oleh peneliti kepada subjek penelitian penelitian, dari uji kelayakan persentase yang diperoleh sebesar 90% yaitu di kategori sangat layak tidak perlu revisi.

Hasil tersebut sesuai dengan teori Sadiman dalam Bastiar Ismail Adhkar, yaitu media pembelajaran adalah segala sesuatu yang mempunyai karakteristik daya tarik, digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima untuk merangsang pikiran, perasaan sekaligus menarik perhatian dan minat sasaran.<sup>10</sup>

## SIMPULAN

Pada tahap analisis kebutuhan media bagi remaja putri tentang gizi seimbang, didapatkan hasil bahwa media kesehatan yang ada saat ini belum dapat memuaskan bagi remaja putri. Salah satu nya dikarenakan warna yang kurang menarik dan tulisan yang ada di media kesehatan tersebut terlalu panjang sehingga menurunkan minat remaja putri untuk melihat bahkan membacanya. Remaja putri berharap adanya media kesehatan yang berbasis video khususnya berbentuk kartun atau animasi.

Prototype sudah dibuat berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan oleh peneliti dan proses pembuatan media telah dilakukan sesuai dengan tahapan dalam pengembangan media.

Hasil validasi media video animasi mengenai gizi seimbang mendapat skor 91,57% dari ahli materi yang dikategorikan sangat layak, dan skor 74% dari ahli media yang dikategorikan layak. Pada uji coba media kepada sasaran penelitian, media ini mendapatkan skor 90% dengan kategori sangat layak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih kepada Allah SWT, orang tua serta keluarga, seluruh jajaran direksi Poltekkes Kemenkes Bandung khususnya Jurusan Promosi Kesehatan, seluruh responden yang bersedia mengikuti penelitian beserta orang-orang yang terlibat di dalamnya, dan rekan-rekan seperjuangan yang telah mendukung serta memajukan do'a demi kelancaran penelitian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Suaebah, S., Sema, S., & Ginting, M., 2018. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Buku Saku Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Konsumsi Fast Food. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(1), 26-32.

2. Hilda, K., Fenti, Y., Iryanti, I., & Ridwan, S., 2020. Pengembangan Media Motion Graphic Mengenai Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Tahun 2020 (Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung).
3. Pane, H. W., Tasnim, T., Sulfianti, S., Hasnidar, H., Puspita, R., Hastuti, P., & Hulu, V. T., 2020. Gizi dan Kesehatan. Yayasan Kita Menulis.
4. Saputro, K. Z., 2018. Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
5. Firdaus, A., & Mahargia, Y., 2018. Pengetahuan dan sikap Remaja Terhadap Penggunaan NAPZA di Sekolah Menengah Atas di Kota Semarang (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
6. Nurbaeti, T. S., 2019. Status Gizi Remaja Di SMKN 1 Indramayu Kabupaten. *Abdi Wiralodra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 31-42.
7. Agustien, R., Umamah, N., & Sumarno, S., 2018. Pengembangan media pembelajaran video animasi dua dimensi situs Pekauman di Bondowoso dengan model ADDIE mata pelajaran Sejarah kelas X IPS. *Jurnal edukasi*, 5(1), 19-23.
8. Pitriyani., 2013. Kecamatan Pandaan Sebagai Kawasan Strategis Kabupaten Pasuruan dalam Mendorong Pertumbuhan Ekonomi Daerah (Studi pada Kecamatan Pandaan dan BAPPEDA Kabupaten Pasuruan). Sarjana thesis, Universitas Brawijaya.
9. Hastuty, Y. D., 2018. Perbedaan kadar kolesterol orang yang obesitas dengan orang yang non obesitas. *AVERROES: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 1(2), 47-55.
10. Adkhar, B. I., 2015. Pengembangan media video animasi pembelajaran berbasis powtoon pada kelas 2 mata pelajaran ilmu pengetahuan alam di

- sd labschool unnes (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
11. Ponza, P. J. R., Jampel, I. N., & Sudarma, I. K. (2018). Pengembangan Media Video Animasi Pada Pembelajaran Siswa Kelas IV di Sekolah Dasar. *Jurnal Edutech Undiksha*, 6(1), 9-19.
  12. Novianto, M. R., 2019. Iklan Layanan Masyarakat Tentang Penggunaan Gadget Yang Aman Bagi Kesehatan Mata (Doctoral dissertation, POLITEKNIK NEGERI SRIWIJAYA).
  13. Majid, Y. A., Carera, A. M., & Trilia, T., 2020. Media Komik Edukasi Dan Video Animasi Sebagai Media Promosi Kesehatan Tentang Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 5(1).
  14. Hapsari, O. D., & Kasjono, H. S., 2018. Pengaruh Pemutaran Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Dalam Pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD) Di Sekolah Dasar (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
  15. Pamela, I., 2018. Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *IKESMA*, 14(2), 144-153.
  16. Utami, F., & P17331117449, N. I. M., 2019. Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 4 Kota Cimahi Tahun 2018.