Quality : Jurnal Kesehatan
Volume 19, Nomor 1 Tahun 2025, pp 77-84
pISSN: 1978-4325, eISSN: 2655-2434, DOI: 10.36082/qjk.v19i1. 1941

MEDIA VIDEO ANIMASI TENTANG SARAPAN PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA

Mardiana[1], Sriwiyanti [2], Diah Ayu Juliawati[3], Yulianto[4]
[123]Jurusan Gizi, Politekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

Info Artikel

Genesis Naskah:
Received: 23 September 2024
Revised: 6 May 2025
Accepted: 11 Juni 2025
Available Online:12 June 2025

Kata Kunci:
Edukasi, Animasi, Sarapan, Pengetahuan, Sikap

Abstrak

Latar belakang: Sarapan merupakan kegiatan penting sebelum melakukan aktivitas fisik setiap hari, kegiatan ini dilakukan mulai dari bangun tidur di pagi hari sampai dengan pukul 09.00. Sarapantermasuk kedalam salah satu dari 10 pesan gizi seimbang dan dapat menyumbangkan seperempat dari kebutuhan gizi sehari yaitu sekitar 400-500 kalori dengan 8-9 gram protein. Hasil data kuesioner prevalensi sarapan pagi pada siswa kelas V di SD Negeri 121 Palembang sebesar 59,1%. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui video animasi "Pentingnya Sarapan Pagi" terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa SD Negeri 121 Palembang. **Metode penelitian:** Metode yang digunakan adalah *pra-experimental* dengan desain *one group pre-test post-test.* Sampel penelitian ini terdiri dari 49 siswa X dilakukan oleh peneliti di SD Negeri 121 Palembang pada bulan Februari-Juni 2024, data dianalisis dengan menggunakan uji wilcoxon. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dan sikap siswa sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi. Rata-rata skor pengetahuan siswa meningkat dari 40,6 menjadi 85,5, sedangkan rata-rata skor sikap meningkat dari 46,53 menjadi 85,92. Analisis bivariat dengan uji Wilcoxon menunjukkan p-value < 0,05 yang mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. **Kesimpulan:** Adanya pengaruh edukasi melalui media video animasi.

ANIMATED VIDEO MEDIA ABOUT BREAKFAST ONSTUDENTS' KNOWLEDGE AND ATTITUDES

Keywords:
Education, Animation, Breakfast, Knowledge, Attitude

Abstract

Breakfast is an important activity before doing physical activities every day, Breakfast is an activity carried out from waking up in the morning until 09.00. Breakfast is included in one of the 10 balanced nutrition messages and can contribute a quarter of the daily nutritional needs, whichis around 400-500 calories with 8-9 grams of protein. The results of the questionnaire data on theprevalence of breakfast in grade V students at SD Negeri 121 Palembang were 59.1%. This study aims to determine the effect of education through the animated video "The Importance of Breakfast" on the knowledge and attitudes of students at SD Negeri 121 Palembang. The researchmethod used is quasi-experimental with a one group pre-test post-test design. The sample of this study consisted of 49 students X conducted by researchers at SD Negeri 121 Palembang. The results showed a significant increase in the level of knowledge and attitudes of students after being given nutrition education using animated video media. The average student knowledge score increased from 40.6 to 85.5, while the average attitude score increased from 46.53 to 85.92.Bivariate analysis with Wilcoxon test showed p-value <0.05 which indicated that there was a significant difference in the level of knowledge and attitudes of students before and after being given nutrition education. Conclusion: There is an influence of education through animated videomedia.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.Copyright © 2025 by Author. Published by Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta I

Korespondensi Penulis:
Mardiana
Jln. Suka Bangun 1 no.3623, kelurahan sukajaya, kecamatan sukarami kota Palembang (Sumatera Selatan)
Email : *mardiana@poltekkespalembang.ac.id*

Pendahuluan

Sarapan adalah kegiatan penting sebelum melakukan aktivitas fisik setiap hari (Nurwijayanti, 2018). Makan pagi merupakan kegiatan yang dilakukan mulai dari bangun tidur di pagi hari sampai dengan pukul 09.00. Sarapan dapat memenuhi sekitar 15-25% kebutuhan gizi dalam sehari. Sarapan termasuk kedalam salah satu dari 10 pesan gizi seimbang dan dapat menyumbangkan seperempat dari kebutuhan gizi sehari yaitu sekitar 400-500 kalori dengan 8-9 gram protein (Desrinelti et al., 2021).

Sarapan atau makan pagi berperan penting bagi anak usia sekolah usia 6-14 tahun, sebagai tambahan nutrisi di pagi hari saat anak berangkat sekolah dan aktivitas sekolah sangat padat. Jika anak dibiasakan sarapan pagi, maka akan mempengaruhi kecerdasan otakterutama daya ingat anak, sehingga dapat mendukung perkembangan prestasi akademik anak ke arah yang lebih baik (Hanim et al., 2022).

Hasil kajian terhadap data sarapan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan 44,6% anak usia sekolah dasarmengonsumsi sarapan dengan kualitas rendah, yaitu memiliki asupan energi dari sarapan kurang dari 15% kebutuhan harian. Berdasarkan data Survei Diet Total (SDT) yang dilakukan oleh Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2020, sebanyak 25.000 anak usia 6-12 tahun pada 34 provinsi, 47,7% tersebut belum memenuhi kebutuhan energi saat mengkonsumsi sarapan. Selain itu, 66,8% dari anak-anak mengkonsumsi sarapan dengan kualitas gizi yang buruk atau tidak memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral (Ika, 2022).

Sarapan bertujuan untuk membekali tubuh dengan zat gizi yang diperlukan untuk berpikir, bekerja, dan melakukan aktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Sarapan juga dapat meningkatkan konsentrasi, sehingga akan mempermudah anak dalam menangkap materi atau bahan yang diberikan oleh guru. Selain itu sarapan juga memberikan asupan vitamin bagi tubuh demi menunjang kebutuhan energi untuk beraktivitas (Kusuma et al., 2020).

Pengetahuan yang harus dimiliki oleh seseorang tidak sarapan pagi berarti perutnya dalam keadaan kosong sejak makan malam sebelumnya sampai makan siang nantinya. Dalam keadaan seperti ini, tubuh tidak berada dalam kondisi yang baik untuk melakukan pekerjaan dengan baik. Bila anak sekolah yang tidak sarapan pagi maka kadar gulanya akan menurun. Jika kondisi ini terjadi, maka tubuh akan berusaha menaikkan kadar gula darah dengan mengambil cadangan glikogen. Jika cadangan glikogen habis, maka cadangan lemaklah yang diambil (Larega, 2015).

Riset yang telah dilakukan oleh Pergizi Pangan Indonesia menegaskan bahwa konsumsi sarapan sehat denga gizi seimbang berperan besar bagi anak-anak sekolah. Selain sarapan sehat dapat memneuhi kebutuhan gizi harian sebanyak 30%, sarapan juga meningkatkan semangat,mencegah kelelahan, meningkatkan konsentrasi pada saat belajar hingga membantu meningkatan prestasi akademis, menjaga daya tahan tubuh agar tetap sehat, sekaligus mencegah anak dari konsumsi jajanan yang tidak sehat (Madalena, 2017).

Hasil riset melaporkan bahwa empat dari sepuluh anak Indonesia mengkonsumsi sarapan yang tidak bergizi, dimana jenis makanan yang sering dikonsumsi untuk sarapan adalah nasi, rebusan umbi-umbian, mie, biskuit, dan sereal yang tidak diimbangi dengan lauk yang mengandung protein, vitamin dan mineral (Sutrio, 2016). Sedangkan jenis minuman yang paling sering dikonsumsi untuk sarapan adalah air mineral, sirup, susu dengan kadar gula tinggi dan susu dengan kadar gula rendah. Hal ini dikarenakan orang Indonesia memiliki kecenderungan melakukan sarapan hanya untuk mengisi tenaga dan belum mengutamakan keseimbangan gizi (Mama, 2021).

Bebagai alasan yang seringkali membuat tidak sarapan pagi yaitu: tidak sempat dan tidak membawa bekal dari rumah di tambah lagi suka membeli jajanan yang di jual disekolahan (Mardiana et al., 2015). SD Negeri 121 Palembang merupakan salah satu Sekolah Dasar Negeri di wilayah Kecamatan Sukarami Palembang, Sekolah tersebut memiliki akreditasi C, berdasarkan observasi awal, saya melakukan wawancara langsung dengan murid SD Negeri 121 Palembang sebanyak 10 orang murid ini mengakui tidak pernah sarapan pagi dan mengakui hanya membeli jajanan waktu jam istirahat.

Berdasarkan data diatas, Maka peneliti tertarik untuk melakukan eduksi pemberian informasi kepada murid SD Negeri 121 Palembang mengenai pentingnya sarapan pagi dalam bentuk edukasi

menggunakan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pentingnya sarapan pagi murid kelas V SDN 121 Palembang.

Metode

Jenis penelitian ini termasuk penelitian *Pra-Experimental Study* dengan desain penelitian perlakuan ulang atau biasa disebut dengan one group pre test-post test. Data yangdikumpulkan yaitu data pengetahuan dan sikap siswa. Intervensi yang diberikan berupa edukasi gizi menggunakan video animasi. Edukasi gizi dilakukan selama 3x dengan intensitas 3x/minggu.

Penelitian ini dilakukan pada bulan febuari-juni 2024 di SD Negeri 121 Palembang. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi kelas V SD wilayah Kota Palembang.Sampel yang digunakan dalam penelitian dihitung menggunakan rumus Lameshow dengan menghitung kejadian populasi yang tidak sarapan pagi dan siswa yang sarapan pagi. Hasil dari menghitung menggunakan rumus lameshow 1997 didapatkan 49 sampel.Pengambilan sampel dilakukan secara random.

Variabel dependen merupakan pengetahuan dan sikap dan variable independen yaitu edukasi melalui video animasi pada siswa pengambilan data menggunakan kuesioner Pre-test dan Post- Test. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu Uaji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap pada remaja, akan tetapidata yang dihasillkan didapatkan dengan tidak normal maka pada penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan nya edukasi pada siswa. Media edukasi dalam penelitian ini adalah video animasi tentang pentingnya sarapan pagi pada siswa. pada materi gizi terdiri dari penjelasan definisi sarapan pagi, pengetahuan akan sarapanpagi, manfaat

sarapan pagi, dan dampak sarapan pagi. Sebelum digunakan, media edukasi video animasi terlebih dahulu dilakukan pretesting atau uji kelayakan. Kemudian setelah dinyatakan dapat diterima (acceptance >80%), video animasi bisa digunakan dalam penelitian.

Hasil

Karakteristik Responden

Berdasarkan pengambilan data yang dilakukan menggunakan kuesioner diperoleh gambaran karakteristik responden sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	
	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	22	36,7
Perempuan	27	45.0
Usia		
11	47	78,3
12	2	3,3
Sarapan Pagi		
Sarapan	20	40,9
Tidak sarapan	29	59,1

Berdasarkan Tabel 1, Mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan 27 orang (45,0%) dan laki-laki 22 orang (36,7%). Persentase sampel penelitian berada pada rentang usia 17-18 tahun yaitu 11 tahun (78,3%) dan 12 tahun (3,3%). Total responden yang dijadikan sampel penelitian yaitu 49 orang, dan persentase siswa sarapan pagi (40,9%) dan yang tidak sarapan pagi (59,1%).Pada saat penelitian selama 3 minggu dengan pengaruh edukasi melalui video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa SD Negeri 121 Palembang. Dengan hari pada penelitian selanjutnya. Total murid pada perlakuan tidak ada lost follow up yang artinya pada saat penelitian berlangsung kehadiran murid pada perlakuan selalu hadir.

Pengetahuan dan Sikap

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat kenaikan rata-rata skor pengetahuan pada siswa.Pada siswa skor pengetahuan naik sebesar 26,66 ± 56,33.menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuaan sebelum dilakukan edukasi dan setelah dilakukan edukasi menggunakan videoanimasi, pada nilai tengah (*Mean)* sebelum edukasi 40,6 dan sesudah edukasi 85,5 dengan nilai standar deviasi sebelum di edukasi 9,10 menjadi 7,01

Tabel 2 . Rata- rata Pengetahuan dan Sikap

Variabel Frequensi	Skor		Mean	Std.Deviasi
Pengetahuan				
	Minimum	Maximum		
Pre-Test	26,66	73,33	40.6	9.10
Post-Test	56,33	93,33	85.5	7.01
Sikap				
	Minimum	Maximum		
Pre-Test	30	70	46.53	9.02
Post-Test	60	100	85.92	9.11

Sedangkan untuk sikap, Pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat kenaikan rata-rata skor sikap pada siswa. Pada siswa yang terindikasi sarapan pagi dan yang tidak sarapan pagi pada pre-test sikap naik sebesar 30 ± 70, post-test 60 ± 100 menunjukkan bahwa terdapat perubahan sikap sebelum dilakukan edukasi dan setelah dilakukan edukasi menggunakan video animasi, pada nilai tengah (*Mean)* sebelum edukasi 46,53 dan sesudah edukasi 85,92 dengan nilai standar deviasi sebelum di edukasi 9,02 menjadi 9,11.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengetahuan dan sikap

		N	Mean	Sum of ranks
Pengetahuan sebelum edukasi dan sesudah	Negative Ranks	0	.00	.00
	Positive Ranks	49	25.00	1225.00
	Ties	0		
Sikap sebelum edukasi dan sesudah	Negative Ranks	0	.00	.00
	Positive Ranks	49	25.00	1225.00
	Ties	0		

Analisis Uji Wilcoxon

Pada tabel 3 menunjukkan hasil uji statistic menggunakan uji Wilcoxon yang diberi *pre test* dan *post test* dengan menggunakan media video animasi memiliki pengetahuan sebelum edukasi memiliki negative ranks dengan nilai n 0, nilai mean .00 dan sum of ranks .00. pada positive ranks memiliki nilai n 49 dengan nilai mean 25,00, sum of ranks 1225.00, dan ties 0, sedangkan pada sikap sebelum edukasi dansesudah edukasi pada negative ranks dengan nilai n 0, nilai mean .00, dan sum of ranks 0.00. pada positive ranks memiiliki nilai n 49, nilai mean 25,00 sum of ranks 1225.00, dan ties 0.

Tabel 4. Hasil Analisis Pengaruh Edukasi Media Video Animasi

		N	Median (Minimum-maximum)	p-value
Pengetahuan	**Pre Test – Post Test**	**49**	**-6.135[b]**	**0,000**
Sikap	**Pre Test – Post Test**		**-6.135[b]**	

Tabel 4 menunjukkan adanya pengaruh berupa Pre-Test dan Post-Test pada pengetahuan dan sikap yang memiliki pengaruh signifikan terhadap edukasi melalui video animasi dengan nilai p value <0,005.

Pembahasan

Sarapan adalah kegiatan penting sebelum melakukan aktivitas fisik setiap hari (Nurwijayanti, 2018). Makan pagi merupakan kegiatan yang dilakukan mulai dari bangun tidur di pagi hari sampai

dengan pukul 09.00. Sarapan dapat memenuhi sekitar 15-25% kebutuhan gizi dalam sehari. Sarapan termasuk kedalam salah satu dari 10 pesan gizi seimbang dan dapat menyumbangkan seperempat darikebutuhan gizi sehari yaitu sekitar 400-500 kalori dengan 8-9 gram protein (Putra et al., 2018).

Sarapan atau makan pagi berperan penting bagi anak usia sekolah usia 6-14 tahun, sebagai tambahan nutrisi di pagi hari saat anak berangkat sekolah dan aktivitas sekolah sangat padat. Jika anak dibiasakan sarapan pagi, maka akan mempengaruhi kecerdasan otak terutama daya ingat anak, sehingga dapat mendukung perkembangan prestasi akademik anak ke arah yang lebih baik (Mawarni, 2017).

Berdasarkan tabel 3, menunjukan bahwa berdasarkan uji statistic wilcoxon tingkat pengetahuan sebelum dan sesuah diberikan edukasi melalui video animasi "Pentingnya sarapan pagi" dapat diketahui bahwa nilai negative ranks atau selisih (negatif) antara hasil pengetahuan pada pre test dan post test adalah 0 pada nilai N, .00 pada nilai *Mean Rank* dan *Sum of Rank*. Sehingga dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan dari nilai pre-test ke nilai post- test.

Pada positive Rank atau selisih (positif) antara hasil pre-test dan post-test adalah 49, sedangkan Mean Ranksnya 25.00, dan Sum Ranknya 1225.00 Sehingga dapat disaimpulkan bahwa 49 responden mengalami peningkatan pengetahuan. Ties pada hasil pengetahuan untuk pre-test dan post-test adalah 0, hal ini menunjukan tidak adanya responden yang mendapatkan nilai yang sama.

Penelitian ini dapat diketahui bahwa tidak adanya siswa yang mengalami penurunan pengetahuan dilihat dari nilai pre-test dan post-test dilakukan edukasi gizi menggunakan media video animasi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Lestari & Putri, 2023) mengenai pengetahuan anak usia sekolah antara pre- test dan post- test intervensi mengalami peningkatan,ditandiai dengan perubahan nilai mean dari 7,50 poin ke 12,16 poin. Perubahan ini juga termasuk perubahan yang signifikan,ditunjukkan dengan nilai p-value 0,000 antara sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Rahmatiani & Karjatin, 2023) bahwa adanya pengaruh media edukasi video animasi terhadap pengetahuan sarapan pagi pada anak. Dalam hal ini pengetahuan siswa dipengaruhi dengan media prpomosi kesehatan yang menarik dan mudah dipahami selain itu video animasi sangat berpengaruh dalam suatu pembelajaran karena terbutkti menarik perhatian,meningkatkan retensi, dan dapat menjelaskan suatu materi secara nyata dengan cara melakukan visualisasi maka materi yang dijelaskan dapat tergambarkan. Sehingga proses *Awareness* (daya tarik), *Interest* (tertarik) , *Desire* (Keinginan), dan *Action* (aksi) dapat berjalan baik (Susanti, 2021).

Pada pre-test terdapat kenaikan nilai rata-ratapada pengetahuan dan dari hasil uji *Wilcoxon* juga menunjukkan yang signifikan .hal ini dapat disebabkan karena pada saat pre-test lalu diberikan edukasi dengan media video animasi yang melibatkan indra pendengaran danpenglihatan berkerja sehingga lebih memahami materi yang disampaikan. Selain itu pengguna media video animasi akan lebih menarik minat responden dalam penelitian ini.

Keunggulan audio visual yang berupa video sebagai media edukasi salah satunya adalah dapat lebih mudah diterima siswa karena mengaitkan langsung indera penglihatan dan pendengarannya (Anggi, 2022). Pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indera, menurut penelitian para ahli indrea yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indera pengelihatan kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indera pengelihatan, 13% melalui indera dengar, dan 12% lainnya tersalur melalui indera yang lain (Tuzzahroh, 2015).

Studi lain menemukan bahwa remaja dengan kebiasaan sarapan yang kurang baik memiliki peluang 2,087 kali lebih besar mengalami status gizi tidak normal dibandingkan yang memiliki kebiasaan sarapan baik. Anak yang melewatkan sarapan cenderung mengalami kekurangan asupan gizi yang dapat menyebabkan gizi kurang (Arista et al., 2021). Sedangkan berdasaraknan tabel 3 pada bagian sikap, menunjukan bahwa berdasarkan uji statistic wilcoxon tingkat sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui video animasi "Pentingnya sarapan pagi**"** dapat diketahui bahwa nilai negative ranks atau selisih (negatif) antara hasil sikap pada pre test dan post test adalah 0 pada

nilai N, 0, .00 pada nilai Mean Rank, dan .00 untuk *Sum of Rank*. Sehingga dapat dinyatakan bahwa terjadi pengurangandari nilai pre-test ke nilai post-test.

Pada positive Rank atau selisih (positif) antara hasil pre-test dan post-test adalah 0, sedangkan Mean Ranksnya 25.00, dan Sum Ranknya 1225.00, Sehingga dapat disaimpulkan bahwa 49 responden mengalami peningkatan sikap. Ties pada hasil sikap untuk pre-test dan post-test adalah 0, hal ini menunjukan tidak adanya responden yang mendapatkan nilai yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian di SD Negeri 121 Palembang yang peneliti temukan,bahwasanya sikap pada anak usia sekolah tidaklah dapat dibentuk dengan cepat dikarenakan situasi dan kondisi saat diberikan edukasi kurang tenang dan nyaman, sehingga akan lebih efektif saat edukasi berlangsung didampingi oleh guru sekolah tempat penelitian.

Kelompok perlakuan mengalami peningkatan nilai rata-rata sikap karena murid telah mendapatkan penyuluhan dan telah memahami dan menerima informasi yang disampakan dengan menggunakan media video sehingga memberikan respon positif. Rata-rata sikap juga mengalami peningkatan dikarenakan sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi tentang objek tersebut. Pada umumnya anak cenderung untuk memiliki sikap searah dengan sikap orang yang dianggap penting.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Rahmayanti & Magdalena, 2024) mengenai pengaruh edukasi kesehatan menggunakan vidio animasi terhadap pengatahuan dan sikap pada sarapan pagi didapatkan hasil yang mnemuaskan yaitu, meningkatnya pengetahuan responden setelah dilakukannya edukasi menggunakan vidio animasi sebanyak 2 responden menjadi 7 responden dari 16 responden memiliki kategori pengetahuan yang baik. Sikap responden tentang pentingnya sarapan pagi juga meningkat sebanyak 1 responden menjadi 11 responden dari 16 responden memiliki kategori sikap yang baik.

Perubahan sikap disebabkan oleh adanya peningkatan pengetahuan yang mereka tangkap dengan menggunakan media video animasi mampu menerapkan sarapan pagi serta menerapkan makanan yang sehat dan bergizi, karena media video animasi bisa ditonton berkali-kali dan mudah diingat. sikap yang baik karena adanya peningkatan pengetahuan.

Berdasarkan pada tabel 4. hasil uji wilcoxon dari 49 responden hasil tingkat pengetahuan dan sikapresponden dapat diketahui bahwa diperoleh nilai p sebesar 0,000 (<0,05). Hasil tersebut telah membuktikan adanya pengaruh edukasi melalui video animasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Mardiana et al., 2015) pada peyuluhan media video animasi terhadap perilaku konsumsi makanan bergizi seimbang pada siswa - siswi sekolah dasar yang menunjukan adanya peningkatan pengetahuan rata- rata melalui uji Paired Sample T Test dengan nilai p=0.000 yang berarti adanya pengaruh yang signifikan.

Dalam hal ini pengetahuan siswa dipengaruhi dengan media prpomosi kesehatan yang menarik dan mudah dipahami selain itu video animasi sangat berpengaruh dalam suatu pembelajaran karena terbutkti menarik perhatian, meningkatkan retensi, dan dapat menjelaskan suatu materi secara nyata dengan cara melakukan visualisasi maka materi yang dijelaskan dapat tergambarkan (Senja et al., 2020).

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian (Ridha et al., 2019) yang menunjukan bahwa adanya pengaruh edukasi gizi dengan media vidio animasi *motion graphic* terhadap penghetahuan dan perilaku sarapan pada anak sekolah dasar. Dari hasil uji statistic yang menndapatkanhasil p<0,05.

Sikap yang dimiliki seseorang tidak terlepas dari kepercayaan dan pengetahuan siswa dan siswi tentang Pentingnya sarapan pagi membuat siswa dan siswi yang memiliki sikap negative dalam melakukan sarapan pagi .Sebaliknya apabila siswa-siswi SD Negeri 121 Palembang setelah di berikan edukasi memiliki pengetahuan yang tinggi tentang ”Pentingnya sarapan pagi” membuat siswa dan siswi sekolah dasar memiliki sikap positif dalam melakukan sarapan pagi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Haris, 2018) yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan dengan media animasi terhadap sikap siswa tentang makanan bergizi. Dalam hal ini sikap siswa dipengaruhi oleh penginderaan terhadap gambar atau objek animasi yang telah diperkenalkan selama proses penyuluhan.

Kesimpulan dan Saran

Edukasi menggunakan video animasi memiliki pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi yang penting bagi pada siswa,meski Hal ini meski pola makan dianggap sebagai metode pemberian makan yang paling ideal karena dapat mendorong anak untuk sarapan yang sehat. disebabkan ada faktor lain yang menjadi pengaruh edukasi media video animasi tentang sarapan pagi yaitu pengetahuan gizi yang rendah dan terlihat pada kebiasaan makan yang salah serta kurangnya pola asuh dari orang tua yang menjadi penyebab terjadinya kurang nya asupan bagi siswa. dijadikan sebagai saran bagi keberlanjutan penelitian ini dikemudian hari. Strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pola makan dengan memberikan edukasi kepada seluruh siswa sehingga dapat mengertipentingnya sarapan pagi.

Daftar Pustaka

Anggi, S. (2022). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa MTS Negeri 2 Langkat* [UIN Sumatera Utara]. http://repository.uinsu.ac.id/17741/

Arista, C. N., Ghifari, N., Nurzina, R., Sitoayu, L., & Purwara, L. (2021). Perilaku Makan, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Pada Remaja SMA di Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi JAKAGI*, *1*(1), 1–15.

Desrinelti, D., Neviyarni, N., & Murni, I. (2021). Perkembangan siswa sekolah dasar: tinjauan dari aspek bahasa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, *6*(1), 105. https://doi.org/10.29210/3003910000

Hanim, B., Ingelia, I., & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, *3*(1), 28. https://doi.org/10.33490/b.v3i1.570

Haris, V. S. D. (2018). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Animasi Terhadap Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Makanan Bergizi, Seimbang Dan Aman Bagi Siswa SD 08 Cilandak Barat Jakarta Selatan Tahun 2017. *Quality Jurnal Kesehatan*, *1*(1), 38–42.

Ika. (2022, February 19). Sarapan Belum Jadi Kebiasaan Anak-Anak Indonesia. *Https://Ugm.Ac.Id/Id/Berita/22294-Sarapan-Belum-Jadi-Kebiasaan-Bagi-Anak-Anak-Indonesia/*.

Kusuma, E. R., Sartono, A., & Kusuma, H. S. (2020). Perbedaan Tingkat Kecukupan Energi Protein, Status Kesehatan Dan Status Gizi Anak yang Memanfaatkan dan Tidak Memanfaatkan Makanan Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Harapan Bunda Semarang. *Jurnal Gizi*, *1*, 15–21.

Larega, T. S. P. (2015). Effect of Breakfast on The Level of Concentration in Adolescents. *MAJORITY* , *4*(2), 115–121.

Lestari, K. B., & Putri, A. W. (2023). Storytelling dan Demonstrasi Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Cuci Tangan pakai Sabun Pada Anak. *NURSE: Journal of Nursing and Health Sciences*, *3*(1), 12–23.

Madalena, S. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Sarapan dengan Kebiasaan Sarapan Keluarga di Kelurahan Sambiroto Kecamatan Tembalang Kota Semarang* [Universitas Muhammadiyah]. http://repository.unimus.ac.id/667/

Mama, S. (2021). *Tingkat Pengetahuan, Persepsi dan Sikap Mahasiswa Thailand di Indonesia Terhadap Kehalalan Obat* [UIN Maulana Malik Ibrahim Malang]. http://etheses.uin-malang.ac.id/29204/1/15670082.pdf

Mardiana, Susanto, E., Yuniarti, H., & Rosyada, J. E. (2015). Penyuluhan Media Video Animasi Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang pada Murid Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, *X*(I), 77–82.

Mawarni, E. I. (2017). Edukasi Gizi Pentingnya Sarapan Sehat Bagi Anal Sekolahan. *Warta Pengabdian*, *11*(4).

Nurwijayanti. (2018). Pola Makan, Kebiasaan Sarapan, dan Status Gizi Berhubungan dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri. *Jurnal Care*, *6*(1), 54–63.

Putra, A., Syafira, D. N., Maulyda, S., & Cahyati, W. H. (2018). Kebiasaan Sarapan pada Mahasiswa Aktif. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, *2*(4), 577–586. https://doi.org/10.15294/higeia.v2i4.26803

Rahmatiani, Q. Z., & Karjatin, A. (2023). Pengaruh Media Edukasi Video Animasi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, *3*(3), 481–487.

Rahmayanti, R., & Magdalena. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pentingnya Sarapan Pagi The Effect of Nutrition Education Using Animated Video Media on Knowledge and Attitude About The Importance of Breakfast. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi (JR-Panzi)*, *6*(1), 77–90.

Ridha, S. A., Nitta, I., Mulus, G., Ichwanuddin, & Dina, S. A. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Sarapan pada Anak Sekolah Dasar dengan Media

Video Animasi Motion Graphic. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung*, *11*(2), 45–50.

Senja, P. P., Rahmawati, A., & Melani, N. (2020). *Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Pernikahan Dini pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Purwosari Gunungkidul Tahun 2019*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Susanti, E. H. (2021). *Identifikasi Pola Asuh Asupan Makanan pada Tingkat Status Gizi Anak Usia Sekolah (5–12 Tahun) di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya* [Universitas Muhammadiyah Surabaya]. https://repository.um-surabaya.ac.id/

Sutrio. (2016). Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi, dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung Tahun 2016. *The Journal of Holistic Healthcare)*, *11*(1), 1–4.

Tuzzahroh, F. (2015). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta* [Universitas Muhammadiyah]. https://eprints.ums.ac.id/39769/18/