

**PENGARUH MEDIA *VIDEO* ANIMASI “ISI PIRINGKU”
TERHADAP SIKAP REMAJA DALAM MEMILIH MAKANAN
SEIMBANG DI SMPN 6 JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

Putri Fransiska Dina Maretha

NIM. 22102269

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

2026

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Penelitian yang berjudul Pengaruh Media *Video* Animasi “Isi Piringku” Terhadap Sikap Remaja Dalam Memilih Makanan Seimbang telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Putri Fransiska Dina Maretha

NIM : 22102269

Hari, Tanggal : Senin, 25 Mei 2026

Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Ketua Penguji,

Roby Aji Permana, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 07140669205

Penguji II,

Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN.0720028703

Penguji III,

Wike Rosalini, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN.0708059102

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



At Nur Zahrah, S.ST., M.Keb
NIDN.071912890

PENGARUH MEDIA VIDEO ANIMASI “ISI PIRINGKU” TERHADAP SIKAP REMAJA DALAM MEMILIH MAKANAN SEIMBANG DI SMPN 6 JEMBER

The Effect of “My Plate” Animated Video Media on Adolescents’ Attitudes in Selecting Balanced Foods At SMPN 6 Jember

Putri Fransiska Dina Maretha¹, Wike Rosalini²

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Korespondensi Penulis : putrifransiska23@gmail.com

Received : Accepted : Published :

Abstrak

Latar belakang : Fase remaja menentukan pembentukan kebiasaan makan yang memengaruhi status gizi saat dewasa. Sikap individu menjadi faktor utama yang mendorong perilaku kesehatan tersebut. Kelalaian pada periode ini memicu masalah nutrisi seperti *wasting*, *underweight*, *overweight*, dan obesitas, sekaligus melipatgandakan risiko penyakit tidak menular. Guna mengatasi ancaman ini, inovasi edukasi berupa video animasi “Isi Piringku” sangat dibutuhkan karena terbukti menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh remaja. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh media *video* animasi “Isi Piringku” terhadap sikap remaja dalam memilih makanan seimbang di SMP Negeri 6 Jember. **Metode :** Studi kuantitatif ini memakai desain *quasi-experiment* melalui pendekatan *pretest–posttest with control group*. Melalui teknik *proportionate random sampling*, terpilih 50 responden yang terbagi rata ke dalam kelompok intervensi dan kontrol. Kelompok eksperimen menerima edukasi lewat video animasi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sikap pemilihan makanan seimbang, lalu diuji statistik memakai *Wilcoxon* dan *Mann–Whitney*. **Hasil :** Fase pra-intervensi menunjukkan mayoritas responden kelompok intervensi (76%) dan kontrol (88%) memiliki sikap negatif. Pasca-intervensi, persentase sikap positif kelompok intervensi melonjak hingga 80%, sementara kelompok kontrol mencapai 60%. Uji *Wilcoxon* menghasilkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) untuk kelompok intervensi dan $p = 0,317$ ($p > 0,05$) bagi kelompok kontrol. Terakhir, uji *Mann-Whitney* menghasilkan nilai $p = 0,039$ ($p < 0,05$). **Diskusi :** Media *video* animasi “Isi Piringku” efektif meningkatkan sikap remaja dalam memilih makanan seimbang dibandingkan metode ceramah.

Kata Kunci : *Video Animasi, Memilih Makanan Seimbang, Sikap.*