

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SKRIPSI, JULI 2026**

**Yowanda Enggal Arrozaq
Wulan Angraini, S.KM., MKM**

**PERAN VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN
PERILAKU SISWA PADA PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS DI
SDN 71 KOTA BENGKULU**

XVII + 132 halaman, BAB I–VI, 2 Gambar, 17 Tabel

ABSTRAK

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu upaya dalam mendukung pemenuhan kebutuhan gizi anak usia sekolah. Dalam pelaksanaannya, masih terdapat siswa yang tidak menghabiskan makanan yang diberikan sehingga dapat menyebabkan terjadinya sisa makanan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa adalah melalui edukasi menggunakan media video. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa sebelum dan sesudah diberikan video edukasi mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di SDN 71 Kota Bengkulu.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experimental* menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa penerima Program MBG di SDN 71 Kota Bengkulu dengan jumlah sampel sebanyak 120 siswa kelas IV dan V. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa video edukasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 74,75 pada *pretest* menjadi 99,08 pada *posttest*, dengan selisih 24,33. Rata-rata skor sikap meningkat dari 79,10 menjadi 99,18, dengan selisih 20,08, sedangkan rata-rata skor perilaku meningkat dari 76,95 menjadi 99,32, dengan selisih 22,37. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($< 0,05$) pada pengetahuan, sikap, dan perilaku, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah diberikan video edukasi.

Kata Kunci: MBG, Perilaku, Pengetahuan, Sikap, Siswa, Video Edukasi.

Daftar Bacaan: 31 (2020–2026)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM
UNDERGRADUATE THESIS, JULY 2026

Yowanda Enggal Arrozaq
Wulan Angraini, S.KM., MKM

**THE ROLE OF EDUCATIONAL VIDEOS IN KNOWLEDGE, ATTITUDES,
AND BEHAVIOR AMON OF THE FREE NUTRITIOUS MEAL PROGRAM
AT SDN 71 BENGKULU CITY**

XVII + 132 pages, CHAPTERS I–VI, 2 Figures, 17 Tables

ABSTRACT

The Free Nutritious Meal Program (Program Makan Bergizi Gratis/MBG) is one of the efforts to support the nutritional needs of school-aged children. In its implementation, some students still do not finish the meals provided, which may result in food waste. One effort to improve students' understanding and awareness is through education using video media. This study aimed to determine changes in students' knowledge, attitudes, and behavior before and after receiving educational videos about the Free Nutritious Meal Program (MBG) at SDN 71 Bengkulu City.

This study employed a quantitative research method with a quasi-experimental design using a One-Group Pretest-Posttest Design. The study population consisted of all students receiving the MBG Program at SDN 71 Bengkulu City, with a sample of 120 fourth- and fifth-grade students. Data were collected using questionnaires measuring knowledge, attitudes, and behavior before and after the educational video intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test because the data were not normally distributed. The results showed that the mean knowledge score increased from 74.75 at the pretest to 99.08 at the posttest, with a difference of 24.33 points. The mean attitude score increased from 79.10 to 99.18, with a difference of 20.08 points, while the mean behavior score increased from 76.95 to 99.32, with a difference of 22.37 points. The Wilcoxon test results showed a p -value of 0.000 (< 0.05) for knowledge, attitudes, and behavior, indicating a significant difference between the scores before and after the educational video intervention.

Keywords: Behavior, Educational Video, Free Nutritious Meal Program, Knowledge, Students, Attitudes.

References: 31 (2020–2026)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting. Pada periode ini, anak mengalami peningkatan kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral untuk menunjang pertumbuhan fisik, perkembangan otak, peningkatan daya tahan tubuh, serta kemampuan belajar di sekolah. Pemenuhan kebutuhan gizi yang baik pada masa sekolah dasar akan memberikan dampak positif terhadap kualitas kesehatan anak saat ini maupun di masa depan. Sebaliknya, apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi secara optimal, anak berisiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan, rentan terhadap penyakit, serta mengalami hambatan dalam proses belajar. Kondisi gizi yang kurang baik memengaruhi kemampuan anak untuk tumbuh, belajar, dan berkembang secara optimal (UNICEF Indonesia, 2025).

Masalah gizi pada anak sekolah masih menjadi tantangan di Indonesia. Beberapa permasalahan yang sering ditemukan antara lain kebiasaan tidak sarapan, rendahnya konsumsi sayur dan buah, tingginya konsumsi jajanan rendah gizi, pola makan yang tidak seimbang, serta kurangnya pengetahuan anak mengenai pentingnya makanan sehat. Selain itu, banyak anak yang cenderung memilih makanan berdasarkan rasa dan penampilan dibandingkan kandungan gizinya. Kebiasaan tersebut apabila berlangsung terus-menerus dapat memengaruhi status gizi dan kesehatan anak secara keseluruhan (Kemenkes, 2022).

Pada penelitian sebelumnya permasalahan implementasi Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam meningkatkan perilaku konsumsi gizi seimbang pada anak

sekolah dasar masih menghadapi berbagai tantangan. Data menunjukkan bahwa meskipun program MBG dirancang untuk memenuhi kebutuhan gizi harian siswa dan mendukung penerapan prinsip gizi seimbang, pelaksanaannya belum sepenuhnya diikuti oleh perubahan perilaku konsumsi yang konsisten (Afriani & Gunawan, 2026).

Beberapa temuan mengungkapkan bahwa anak masih cenderung memilih jajanan rendah nilai gizi di luar program, tingkat konsumsi sayur dan buah belum optimal, serta pemahaman siswa mengenai komposisi gizi seimbang masih terbatas. Selain itu, faktor pendukung seperti edukasi gizi yang berkelanjutan, keterlibatan guru dan orang tua, serta variasi dan penerimaan menu MBG turut memengaruhi efektivitas program. Dengan demikian, MBG tidak hanya membutuhkan penyediaan makanan bergizi, tetapi juga integrasi pendidikan gizi dan penguatan pembiasaan perilaku makan sehat agar mampu secara signifikan meningkatkan perilaku konsumsi gizi seimbang pada anak sekolah dasar (Priyono et al., 2026; Sakila et al., 2026).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang pada siswa sekolah dasar, dapat disimpulkan sebagai berikut: 1. Pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SD Negeri 162/IV Kota Jambi sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu sebesar 88,7%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memahami konsep dasar gizi, seperti pentingnya makanan bergizi dan peran sayur serta buah dalam pola makan sehari-hari; 2. Sikap terhadap gizi seimbang menunjukkan bahwa sebanyak 54,9% siswa memiliki sikap positif. Ini mencerminkan kecenderungan siswa untuk menerima pentingnya menjaga pola makan yang seimbang, meskipun masih ada sebagian

dan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa telah menerapkan beberapa kebiasaan sehat seperti sarapan dan memilih makanan bergizi, perilaku tersebut belum sepenuhnya konsisten (Khotimah, 2025).

Keberhasilan Program MBG tidak hanya ditentukan oleh tersedianya makanan, tetapi juga ditentukan oleh tingkat penerimaan siswa terhadap makanan yang diberikan. Apabila makanan yang disediakan tidak dikonsumsi dengan baik oleh siswa, maka tujuan program untuk meningkatkan status gizi tidak akan tercapai secara optimal. Salah satu indikator yang dapat digunakan untuk menilai keberhasilan program makan di sekolah adalah rendahnya jumlah sisa makanan siswa setelah waktu makan selesai (Maulidya & Fitriani, 2025).

Sisa makanan adalah bagian makanan yang tidak habis dikonsumsi dan masih tersisa setelah kegiatan makan selesai. Sisa makanan dapat berupa nasi, lauk pauk, sayur, buah, maupun minuman yang tidak dihabiskan oleh siswa. Tingginya sisa makanan menunjukkan bahwa makanan yang telah disediakan belum diterima atau belum dikonsumsi secara optimal oleh siswa. Kondisi ini menyebabkan asupan zat gizi yang seharusnya diterima anak menjadi berkurang. Selain itu, sisa makanan juga menimbulkan pemborosan bahan pangan, pemborosan anggaran program, serta peningkatan limbah makanan yang dapat berdampak pada kebersihan lingkungan sekolah (Rimporok et al., 2019). Oleh karena itu, sisa makanan merupakan masalah penting yang perlu mendapat perhatian dalam pelaksanaan Program MBG.

Terjadinya sisa makanan pada anak sekolah dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi

nafsu makan, kebiasaan makan, kondisi kesehatan, pengetahuan gizi, sikap terhadap makanan, dan perilaku makan siswa. Sedangkan faktor eksternal meliputi cita rasa makanan, variasi menu, cara penyajian, suasana makan, pengaruh teman sebaya, serta dukungan guru. Anak yang memiliki pengetahuan rendah tentang pentingnya gizi cenderung kurang menghargai makanan yang diberikan. Demikian pula siswa yang memiliki sikap negatif terhadap makanan sehat akan lebih mudah menolak makanan tertentu dan menyisakannya (Firnanda et al., 2026).

Namun, memberikan edukasi gizi kepada anak sekolah dasar memerlukan metode yang sesuai dengan karakteristik usia mereka. Anak sekolah dasar lebih menyukai pembelajaran yang menarik, menyenangkan, dan mudah dipahami. Penyampaian informasi secara ceramah sering kali membuat anak cepat bosan dan kurang fokus. Oleh sebab itu, diperlukan media pendidikan kesehatan yang kreatif dan interaktif agar pesan yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh siswa (Putra et al., 2024).

Upaya promosi kesehatan pada peserta didik sekolah dasar menuntut penerapan pendekatan serta media pembelajaran yang mampu menarik perhatian, mudah dipahami, dan selaras dengan tahap perkembangan kognitif anak. Salah satu media yang dinilai efektif adalah media audio-visual, khususnya video animasi, karena mengintegrasikan elemen visual, audio, dan alur cerita sehingga dapat meningkatkan ketertarikan belajar serta memfasilitasi pemahaman terhadap pesan-pesan kesehatan. Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa pemanfaatan video animasi dalam pendidikan gizi berkontribusi terhadap peningkatan respons

belajar anak dan memberikan pengaruh positif terhadap tingkat pemahaman maupun perilaku konsumsi makanan (Mardiana et al., 2025). Di samping itu, media animasi cenderung lebih mudah diingat serta memiliki potensi yang lebih besar dalam membentuk kebiasaan anak apabila dibandingkan dengan media cetak yang bersifat statis dan pasif.

Penyampaian pesan MBG melalui video animasi dapat membantu anak memahami konsep gizi seimbang secara lebih konkret dan menyenangkan, sehingga mendorong terbentuknya perilaku konsumsi yang lebih sehat. Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa promosi kesehatan menggunakan media video animasi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap anak terkait gizi, namun kajian yang secara spesifik menilai efektivitas video animasi yang memuat materi Program MBG terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang masih terbatas (Pratiwi, et al., 2025).

Kesenjangan penelitian juga terlihat pada fokus luaran penelitian. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih menekankan aspek kognitif dan afektif, seperti peningkatan pengetahuan dan sikap gizi, sementara perilaku konsumsi gizi seimbang sebagai indikator penerapan nyata dalam kehidupan sehari-hari masih belum banyak dikaji secara mendalam. Padahal, perubahan perilaku konsumsi merupakan tujuan utama dari promosi kesehatan gizi pada anak sekolah dasar.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai pengaruh video animasi sebagai media promosi kesehatan tentang Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang pada anak SD Negeri 71 Kota Bengkulu menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan

bukti empiris mengenai peran media video animasi dalam mendukung keberhasilan Program MBG sekaligus mendorong perubahan perilaku konsumsi gizi seimbang pada anak sekolah dasar secara berkelanjutan

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Dalam pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di SDN 71 Kota Bengkulu, masih ditemukan adanya sisa makanan yang tidak dihabiskan oleh siswa.
2. Belum diketahui secara pasti faktor-faktor apa saja yang paling mempengaruhi tingginya jumlah sisa makanan Program MBG di SDN 71 Kota Bengkulu.
3. Minimnya media edukasi yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar untuk menyampaikan pesan terkait pentingnya menghabiskan makanan dalam Program MBG.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih terfokus, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian dilakukan di SDN 71 Kota Bengkulu yang penerima manfaat Program Makan Bergizi Gratis (MBG).
2. Populasi dipilih pada siswa/siswi kelas 4 sampai 5 di SDN 71 Kota Bengkulu.
3. Penelitian ini hanya meneliti pengaruh pemberian video edukasi terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi jumlah sisa makanan, bukan terhadap keseluruhan pelaksanaan Program MBG.
4. Variabel independen dalam penelitian ini adalah video edukasi (berupa media

audio-visual yang berisi pesan-pesan tentang pentingnya menghabiskan makanan dalam Program MBG).

5. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi jumlah sisa makanan Program MBG.
6. Penelitian ini tidak membahas faktor lain di luar cakupan variabel dependen.
7. Pengukuran efektivitas video edukasi dibatasi pada perubahan faktor-faktor tersebut sebelum dan sesudah intervensi, tanpa meneliti keberlanjutan jangka panjang.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat perubahan skor pengetahuan siswa tentang Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebelum dan sesudah pemberian video edukasi?
2. Apakah terdapat perubahan skor sikap siswa terhadap kebiasaan menghabiskan makanan sebelum dan sesudah pemberian video edukasi?
3. Apakah terdapat perubahan skor perilaku siswa terhadap kebiasaan tidak menyisakan makanan sebelum dan sesudah pemberian video edukasi?
4. Apakah video edukasi berpengaruh terhadap perubahan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG)?

sesudah pemberian video edukasi?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh video edukasi terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi jumlah sisa makanan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) pada siswa/siswi SDN 71 Kota Bengkulu.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui skor pengetahuan, sikap dan perilaku siswa sebelum dan sesudah diberikan video edukasi mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG).
2. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan video edukasi mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG).
3. Menganalisis perbedaan skor sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan video edukasi mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG).
4. Menganalisis perbedaan skor perilaku siswa sebelum dan sesudah diberikan video edukasi mengenai Program Makan Bergizi Gratis (MBG).

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmiah di bidang kesehatan masyarakat dan gizi mengenai efektivitas video edukasi sebagai media promosi kesehatan dalam memengaruhi faktor-faktor (pengetahuan, sikap, motivasi) yang berkontribusi terhadap jumlah sisa makanan pada pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di sekolah dasar.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah, sebagai bahan pertimbangan dalam mengoptimalkan pelaksanaan Program MBG, khususnya dalam memilih media edukasi yang tepat untuk mengurangi sisa makanan melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan motivasi siswa.
2. Bagi Tenaga Kesehatan, sebagai referensi dalam menyusun strategi kesehatan gizi berbasis video edukasi yang efektif untuk anak usia sekolah dasar, terutama dalam konteks pengurangan sisa makanan Program MBG.
3. Bagi Pemerintah Daerah, sebagai bahan evaluasi dan masukan dalam penguat implementasi Program MBG di sekolah dasar, termasuk pengembangan media promosi kesehatan yang sesuai dengan karakteristik anak.
4. Bagi Peneliti Lain, sebagai dasar atau pembanding untuk penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas berbagai media edukasi terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan program sejenis di lokasi dan jenjang pendidikan yang berbeda.

1.7 Keaslian Penelitian

Penelitian ini memiliki keaslian karena secara khusus mengkaji efektivitas video animasi sebagai media promosi kesehatan yang memuat materi Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap pengetahuan konsumsi gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Penelitian ini berbeda dari penelitian terdahulu yang umumnya membahas video animasi untuk edukasi gizi secara umum, karena menempatkan Program MBG sebagai konteks utama promosi

kesehatan serta menekankan perilaku konsumsi gizi seimbang sebagai luaran utama.

Tabel 1. 1
Perbedaan dengan Penelitian lain

No.	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Variabel yang Diteliti	Hasil Penelitian
1	Putri (2023)	Pengaruh Penggunaan Video Animasi dengan Teka-Teki Silang terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Jajanan Sehat pada Siswa SDN 148 Gresik	Video animasi, teka-teki silang, pengetahuan, sikap konsumsi jajanan sehat	Penggunaan video animasi dengan teka-teki silang berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap siswa dalam konsumsi jajanan sehat.
2	Wulandari et al. (2024)	Pengaruh Media Promosi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Siswa SDN Sukaluyu IV Karawang	Media promosi gizi, pengetahuan, sikap gizi seimbang	Penggunaan media promosi gizi berupa buku saku, piramida gizi seimbang, dan roda putar gizi seimbang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa mengenai gizi seimbang.
3	Salma & Kurniasari (2022)	Pengaruh Media Poster, Video Boneka Tangan, dan Buku Cerita terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Gizi Seimbang	Poster, video boneka tangan, buku cerita, pengetahuan gizi seimbang	Ketiga media berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang. Hasil uji menunjukkan nilai p masing-masing 0,001; 0,006; dan 0,003.
4	Khairunnisa & Kurniasari (2023)	Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Infografis dan Media Website melalui Aplikasi WhatsApp pada	Media infografis, media website, edukasi gizi seimbang, pengetahuan	Terdapat peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi menggunakan media infografis dan

		Siswa Sekolah Dasar		website melalui WhatsApp, dengan nilai p masing-masing 0,001 dan 0,003.
5	Anggreni, Wulandhari, & Jas (2023)	<i>The Effect of Balanced Nutrition Education with Audio Visual Media on Students Knowledge of SDN 011 Kambesko</i>	Edukasi gizi seimbang, media audiovisual, pengetahuan	Edukasi gizi seimbang menggunakan media audiovisual efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang.
6	Aussie, Aroni, & Pudjirahaju (2023)	<i>The Effect of Counseling on Balanced Nutrition Guidelines with Flashcard Media on Knowledge and Attitudes of Elementary School Students</i>	Penyuluhan gizi seimbang, media flashcard, pengetahuan, sikap	Hasil kajian menunjukkan penyuluhan dengan media flashcard berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar mengenai pedoman gizi seimbang.
7	Azizzah et al. (2024)	Penggunaan Media Edukasi Berbasis Card Game sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar di Kota Mataram	Media card game, pengetahuan, sikap gizi seimbang	Media edukasi berbasis card game digunakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang.