



PENGARUH PENGETAHUAN KESEHATAN GIZI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PERSEPSI *BODY IMAGE* REMAJA PUTRI DI KELAS 2 SMP NEGERI 3 KABUPATEN BIREUEN

THE INFLUENCE OF NUTRITIONAL HEALTH KNOWLEDGE WITH VIDEO ANIMATION ON TEENAGERS' BODY IMAGE PERCEPTION PRINCESS IN CLASS 2 OF SMP NEGERI 3 BIREUEN DISTRICT

Husniati^{1#}, Ferinawati².

¹⁻²Akbid Munawarrah Bireuen, Bireuen, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: July 25th 2025

Revised: July 28th 2025

Accepted: July 30th 2025

KEYWORD

nutritional health, knowledge, body image

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Husniati

E-mail: husniatiagani@gmail.com

No. Tlp : 085358221234

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v4i3.243

ABSTRACT

Body image sering dialami oleh remaja, dengan prevalensi mencapai 71%. Di Irlandia, sekitar 26% remaja melaporkan merasa tidak puas atau sangat tidak puas dengan tubuh mereka, atau memiliki *body image* negatif. Permasalahan ini lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dibandingkan dengan remaja laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pendidikan kesehatan gizi dengan video animasi terhadap persepsi *body image* pada remaja putri di Kelas 2 SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen. Desain penelitian yang digunakan adalah pre eksperimental design dengan pendekatan one group pretest-posttest. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri di Kelas 2 SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi sebanyak 34 responden. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa 91,2% responden memiliki pengetahuan baik ($\alpha = 0,05$), dengan nilai $p(0,000) < \alpha(0,05)$, yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan gizi dengan video animasi terhadap persepsi *body image* remaja putri. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi responden dalam meningkatkan persepsi *body image* positif di kalangan remaja putri.

Body image is commonly experienced by teenagers, with a prevalence reaching 71%. In Ireland, 26% of teenagers report feeling dissatisfied or very dissatisfied with their bodies, or having a negative *body image*. This issue is more prevalent among female adolescents compared to males. This study aims to examine the effect of nutritional health education using animated videos on the *body image* perception of female adolescents in Class 2 at SMP Negeri 3 Bireuen District. The research design used is a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study population consists of all female adolescents in Class 2 at SMP Negeri 3 Bireuen, with the sampling technique employing the total population, totaling 34 respondents. The Wilcoxon test results show that 91.2% of respondents had good knowledge ($\alpha = 0.05$), with a p -value (0.000) $< \alpha(0.05)$, meaning that H_0 is accepted and H_a is rejected. The study concludes that there is a significant effect of nutritional health education using animated videos on the *body image* perception of female adolescents. This research is expected to encourage respondents to actively participate in improving positive *body image* perception among female adolescents.

© 2025 Husniati, et al.

A. PENDAHULUAN

Seiring bertambahnya usia, banyak terjadinya perubahan-perubahan pada tubuh seseorang baik perubahan psikologis ataupun fisiologis. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, individu akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan dari berbagai aspek untuk memasuki masa dewasa. Pada masa remaja individu mulai mencari jati dirinya yang sebenarnya dengan cara mencari tahu, mencoba, gagal, dan akhirnya menemukan apa yang sesuai dengan dirinya.

Menurut World Health Organization (2022) remaja adalah fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI NO.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 sampai 18 tahun (Kemkes.go.id,2018). Selain itu Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah, jadi dapat diartikan bahwa remaja adalah masa pergantian dari anak-anak menuju masa dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

Pada tahun 2022 WHO menyatakan jumlah penduduk usia remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Sedangkan hasil dari sensus penduduk pada tahun 2020 melalui Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional Indonesia diperoleh data penduduk Indonesia pada September 2020 sebanyak 270,20 juta jiwa, dengan prevalensi remaja pada rentang usia 8-23 tahun berjumlah 27,94% dan di provinsi Aceh memiliki jumlah penduduk 5.33 juta jiwa, pada rentang usia 10-24 tahun sebanyak 1.430.847 dari total penduduk Aceh, dan di kabupaten Bireuen memiliki jumlah penduduk sebanyak 436.418 jiwa, pada rentang usia 10-24 tahun sebanyak 114.911 dari total keseluruhan penduduk kabupaten Bireuen (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2020).

Penelitian di Inggris oleh Be Real, menunjukkan bahwa anak perempuan lebih cenderung tidak puas dengan penampilan dan berat badan mereka daripada anak laki-laki. Dari hasil survei, 46% anak perempuan melaporkan bahwa citra tubuh mereka menyebabkan mereka khawatir 'sering' atau 'selalu' dibandingkan dengan anak laki-laki hanya 25%. Studi sebelumnya di Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari 50% remaja tidak puas dengan penampilan fisiknya. Ketidakpuasan body image dialami oleh sebagian besar remaja putri yang kelebihan berat badan dan obesitas. Masa remaja merupakan tahap perkembangan psikologis yang potensial dan juga rentan, dikenal sebagai fase mencari jati diri, karena pada fase ini mereka sudah tidak lagi dikatakan anak-anak namun belum juga bisa dikatakan sebagai golongan orang sudah dewasa, dan juga pada fase ini remaja belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fisik maupun psikisnya (Fauzia & Rahmiaji, 2019).

Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan salah satunya mampu menerima keadaan fisiknya, sehingga perkembangan remaja untuk bisa menerima keadaan fisik atau citra tubuh (*body image*) merupakan hal yang penting untuk memenuhi tugas perkembangannya, jika remaja tidak mampu

untuk menerima *body image* yang dimiliki, hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku atau tindakan sehari-hari seperti perilaku diet, kepercayaan diri, pola makan, dan lain-lain (Ramanda, 2019).

Citra tubuh (*body image*) merupakan sikap, persepsi keyakinan, dan pengetahuan individu secara sadar maupun tidak sadar terhadap tubuhnya yaitu: ukuran, bentuk, struktur, fungsi, keterbatasan, makna objek yang kontak secara terus menerus dari masa lalu maupun sekarang (Amraini, 2020). Tingkat *body image* individu digambarkan dengan seberapa jauh individu merasa puas dengan bagian tubuh yang dimiliki serta penampilan fisik secara keseluruhan dan menambah tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung bagaimana pengaruh sosial budaya yang memiliki empat aspek diantaranya adalah reaksi orang lain dan perbandingan dengan orang lain.

Body image dibagi menjadi dua yaitu *body image* positif yang merasa puas dan menghargai akan penampilannya, dan *body image* negatif yaitu merasa dirinya sangat jauh dari harapan atau ketidakmampuan menerima kekurangan dari tubuhnya, apabila seseorang memandang tubuhnya positif maka *body image* yang dimilikinya juga positif, dan sebaliknya jika seseorang memandang tubuhnya negatif maka *body image* yang dimilikinya juga akan ikut negatif (Fitra, 2021).

Body image sering dialami oleh kalangan remaja dengan prevalensi bisa mencapai 71% (Hosseini & Padhy, 2022). Hasil penelitian oleh Dooley, B. & Fitzgerald, A. (2019) di Irlandia menyatakan sebanyak 26% remaja melaporkan merasa tidak puas atau sangat tidak puas dengan tubuh mereka atau memiliki *body image* negatif dan permasalahan tersebut lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dibanding remaja laki-laki.

Remaja laki-laki juga mengalami *body image* negatif, seperti dilihat dari hasil penelitian studi literatur yang pernah dilakukan oleh Zahra & Shanti (2021) permasalahan *body image* pada remaja laki-laki termasuk kategori sedang. Perbedaan permasalahan *body image* yang terjadi yaitu remaja perempuan bercita-cita untuk memiliki tubuh yang lebih ideal dan kurus, sedangkan kebanyakan remaja laki-laki cenderung menginginkan tubuh yang atletis (Hosseini, 2022).

Adanya perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja, karena remaja mulai sadar terhadap penampilan bentuk tubuh yang dimilikinya sehingga menyebabkan remaja cenderung membandingkan penampilan bentuk tubuhnya. Sehingga remaja rentan mengalami permasalahan gizi yang dapat mengubah pandangan diri terhadap bentuk tubuh yang dapat menimbulkan persepsi negatif citra tubuh.

Remaja putri mengalami puncak pertumbuhan pada usia 12-18 bulan serta sebelum menstruasi pertama di usia sekitar 10-14 tahun. Peningkatan zat gizi spesifik yang perlu diperhatikan pada remaja putri adalah kebutuhan zat besi (26 mg) dan juga asam folat. Hal ini disebabkan oleh peningkatan total volume darah, peningkatan massa lemak tubuh, dan terjadinya menstruasi pada remaja putri. Sehingga remaja putri salah satu kelompok beresiko gizi yakni rawan mengalami kejadian anemia. Selain pada masa remaja pada fase

ini juga perlu diperhatikan asupan gizi saat masa pra-nikah. Gizi pra-nikah merupakan suatu cara untuk memperhatikan status gizi calon pengantin demi tercapainya keluarga yang sehat dan keturunan yang berkualitas (Kemenkes, 2023).

Menurut Kemenkes RI (2021), remaja putri biasanya mengalami pubertas lebih awal, dengan puncak pertumbuhan pada usia 10 hingga 14 tahun, dan pertumbuhan tinggi berhenti sekitar usia 14 hingga 16 tahun. Bagi remaja laki-laki, percepatan pertumbuhan tinggi badan paling optimal terjadi di antara usia 12 sampai 15 tahun, dan pertumbuhan bisa berlangsung selama dua hingga lima tahun ke depan. *Body image* merupakan salah satu permasalahan gizi yang terjadi pada remaja. Pemilihan makanan menjadi salah satu komponen terpenting dalam menentukan kualitas hidup individu. Di Indonesia sendiri kebiasaan makan remaja masih belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang seperti yang dianjurkan. Perilaku makan menyimpang memberikan pengaruh yang cukup serius dan sangat berpotensi mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan mental dan aktivitas fisik. Hal tersebut dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan remaja terkait *body image* dan pemilihan makan. Status gizi merupakan faktor penting dalam membentuk kesehatan. Status gizi (*nutritional status*) adalah keadaan yang disebabkan oleh keseimbangan antara penyerapan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi dari metabolisme tubuh. Asupan makanan sangat berpengaruh terhadap status gizi (Sari, 2022).

Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap perilaku makan yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi seseorang. Pendidikan gizi sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi remaja, membentuk sikap positif terhadap makanan dalam rangka membentuk kebiasaan makan yang baik sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Pendidikan gizi yang diberikan tidak lepas dari peran media. Media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemampuan siswa sehingga dapat mendorong proses belajar (Solichah 2014 dalam Sativa, 2016). Media audiovisual memiliki kelebihan yang tidak ada pada media lain yaitu: mengikutsertakan semua panca indera, langsung bertatap muka, dan lebih menarik karena mempunyai suara dan gambar bergerak (Notoatmodjo, 2010 dalam Nurul Lolona, 2015).

Animasi kartun adalah salah satu media yang memanfaatkan indera pendengaran dan penglihatan. Penggunaan indera pendengaran dan penglihatan secara bersamaan ketika merekam suatu informasi dapat meningkatkan siswa untuk lebih memahami maksud informasi yang disampaikan.

Penggunaan media animasi tidak dapat terpisahkan dari penggunaan teks atau narasi singkat secara bersamaan. Animasi lebih difokuskan untuk menggambarkan langkah-langkah kunci tentang suatu gerakan misalnya mekanisme gerak otot dan persendian, sedangkan teks difokuskan pada inti dari gerakan itu. Dengan demikian keterpaduan antara gerakan-gerakan animasi dan teks menjadi sangat penting. Karena saat terjadi aksi animasi juga terdapat deskripsi tentang aksi tersebut pada saat yang sama. Peserta didik

membangun pengetahuan dengan memadukan antara gerakan animasi dengan teks. Karena dengan lebih banyak tersedia sumber-sumber belajar, akan semakin mudah membangun suatu pengetahuan (Sudarisman & Zainur, 2014).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bireuen, didapatkan jumlah remaja putri usia 12-18 tahun sebanyak 39.691 jiwa (Dinkes Bireuen, 2023).

Berdasarkan hasil survey awal yang peneliti lakukan di SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen, berdasarkan data yang diperoleh, jumlah murid di SMP Negeri 3 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen ini sebanyak 788 orang. Jumlah murid kelas dua sebanyak 233 orang, dengan jumlah siswa 106 orang, dan siswi sebanyak 127 orang. Dari hasil wawancara terhadap 7 orang remaja, 5 dari mereka menunjukkan persepsi body image yang negatif dan tidak memahami tentang pentingnya gizi seimbang, mereka hanya memerhatikan bentuk tubuh dan melakukan diet tanpa memperhatikan asupan gizi demi mendapatkan bentuk tubuh yang mereka inginkan. Sedangkan 2 orang siswi lagi paham akan persepsi body image, mereka mengatakan menghargai dan bersyukur dengan bentuk tubuh yang mereka miliki dan tidak takut untuk mengonsumsi makanan dan selalu memerhatikan gizi seimbang.

Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh pengetahuan kesehatan gizi dengan video animasi terhadap persepsi body image remaja putri di Desa Bantayan Kecamatan Pandrah Kabupaten Bireuen .

B. METODE

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen, dimana variabel dependennya adalah Persepsi body image, sedangkan variabel independennya adalah pengetahuan kesehatan gizi. Jenis penelitian ini bersifat pre eksperimental design dengan pendekatan one group pretest posttest yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan pretest (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi, kemudian dilakukan posttest

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas 2 di SMP Negeri 3 Kecamatan Kota Juang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini diberikan dengan teknik total populasi dengan menggunakan kriteria Inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 34 responden.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

1. Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Responden di Kelas 2 SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	13 Tahun	10	29,4
2	14 Tahun	24	70,6
	Jumlah	34	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 34 responden mayoritas umur responden berada pada umur 14 tahun yaitu sebanyak 24 responden (70,6%).

2. Pengetahuan Sebelum Diberikan Konseling *Body Image*

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum diberikan Konseling di SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	2	5,9
2	Cukup	4	11,8
3	Kurang	28	82,4
Jumlah		34	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 34 responden mayoritas memiliki pengetahuan kurang tentang *Body Image* yaitu sebanyak 28 responden (82,4%).

3. Pengetahuan Sesudah Diberikan Konseling *Body Image*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sesudah diberikan Penyuluhan di SMP Negeri 3 Kabupaten Bireuen

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	31	91,2
2	Cukup	2	5,9
3	Kurang	1	2,9
Jumlah		34	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 34 responden mayoritas memiliki tingkat pengetahuan baik tentang *Body Image* yaitu sebanyak 91,2%.

4. Pengaruh Konseling Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang *Body Image*

Tabel 4. Pengaruh Konseling Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang *Body Image*

Variabel	Intervensi		N	Mean Rank	Sum of Rank	Z	P value	α
Pengetahuan remaja putri tentang <i>Body Image</i>	Sebelum-	Negatif Rank	0a	,00	,00	-4,879b	0,000	0,05
		Positif Rank	31b	16,00	496,00			
	Sesudah	Ties	3c					
		Jumlah	34					

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 34 responden dapat diketahui bahwa N, mean rank dan sum of rank pada negatif rank yaitu 0 yang artinya tidak ada penurunan tingkat pengetahuan dari sebelum dan sesudah penyuluhan. Pada nilai *positif rank* menunjukkan nilai N 31, nilai

mean rank 16,00 *sum of rank* 496,00 yang artinya ada responden yang mengalami peningkatan tingkat pengetahuan dari sebelum diberikan konseling sampai sesudah diberikan konseling. Sedangkan pada nilai *N ties* terdapat 3 responden yang artinya ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang sama yaitu sebelum diberikan konseling dan sesudah diberikan konseling.

Berdasarkan analisis statistik menggunakan *uji wilcoxon*, didapatkan nilai *p-value* (0,000) < α (0,05) maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh diberikan konseling menggunakan video animasi tentang kesehatan gizi dengan pengetahuan remaja putri tentang *body image*.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pengetahuan Kesehatan Gizi Dengan Video Animasi Terhadap Persepsi *Body Image* Remaja Putri

Berdasarkan penelitian dengan menggunakan analisa tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gizi Dengan Video Animasi Terhadap Persepsi *Body Image* Remaja putri di Desa Bantayan Kecamatan Pandrah Kabupaten Bireuen ”, menunjukkan bahwa *N*, *mean rank* dan *sum of rank* pada *negatif rank* yaitu 0 yang artinya tidak ada penurunan tingkat pengetahuan dari sebelum atau sesudah penyuluhan, Pada nilai *positif rank* menunjukkan nilai *N* 31, nilai *mean rank* 16,00 *sum of rank* 496,00 yang artinya ada responden yang mengalami peningkatan tingkat pengetahuan dari sebelum diberikan konseling sampai sesudah diberikan konseling. Sedangkan pada nilai *N ties* terdapat 3 responden yang artinya ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang sama yaitu sebelum diberikan konseling dan sesudah diberikan konseling.

Berdasarkan analisis statistik menggunakan *uji wilcoxon*, didapatkan nilai *P value* (0,000) < α (0,05) maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh diberikan konseling menggunakan video animasi dengan pengetahuan remaja tentang *body image*.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pujiarti (2021) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Animasi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Persepsi *Body Image* Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Baleendah. Penyuluhan gizi meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan persepsi *body image*. Media video animasi menyampaikan materi secara lebih jelas. Analisis menggunakan Friedman Test Post Hoc Wilcoxon untuk melihat pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang dan persepsi *body image* serta Mann Whitney –U untuk melihat efektivitas media terhadap pengetahuan gizi dan persepsi *body image* remaja putri pada kedua kelompok. Terdapat peningkatan pengetahuan gizi dan persepsi *body image* pada kelompok intervensi dan kontrol (pengetahuan: $p < 0,001$, sikap: $p < 0,001$). Media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan persepsi *body image*

dibanding power point (pengetahuan $<0,05$, sikap $p<0,05$), sehingga penulis menyimpulkan bahwa media video animasi lebih efektif digunakan karena menarik perhatian untuk menyampaikan materi edukasi.

Penelitian terdahulu pernah diteliti oleh Tasya Amelia, (2021) menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai obesitas dengan menggunakan media, baik dengan video animasi ataupun dengan *scrapbook*, secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja. Nilai rata-rata peningkatan pengetahuan dengan menggunakan video animasi signifikan lebih tinggi dibandingkan menggunakan *scrapbook*, hal ini dibuktikan dengan hasil analisis menggunakan uji Independent T-test dimana nilai rata-rata pada kelompok video animasi sebesar 91,11 sedangkan pada kelompok *scrapbook* sebesar 83,11. Hal ini dapat terjadi karena *scrapbook* hanya menampilkan gambar dan tulisan saja sedangkan pada video animasi tidak hanya menampilkan informasi dalam bentuk visual namun juga dalam bentuk audio sehingga materi mampu masuk melalui dua panca indera yakni mata serta telinga dan materi lebih mudah terserap, sehingga penulis menyimpulkan bahwa media video animasi lebih efektif digunakan untuk menyampaikan materi edukasi.

Video animasi dapat digunakan sebagai media pendidikan karena menarik perhatian, meningkatkan dan motivasi belajar remaja mengenai gizi (Ravi Masyitah, 2017). Media konvensional kurang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan. Generasi 4.0 lebih menyukai pendekatan edukasi yang lembut melalui teknologi, seperti audiovisual, video animasi dengan karakter yang unik dan menarik (Sutinah Made, 2023).

Penelitian di SMK Al-Muhadjirin 2 Kesehatan Bekasi Timur menunjukkan bahwa banyak siswa yang tidak mempunyai kepercayaan diri pada tubuhnya sendiri dan tidak puas dengan apa yang ada dalam dirinya (Putri, N. A.2022).

Asumsi peneliti, adanya pengaruh konseling menggunakan video animasi tentang kesehatan gizi dengan pengetahuan remaja putri tentang persepsi *body image* di Desa Bantayan Kecamatan Pandrah Kabupaten Bireuen dikarenakan responden mendengarkan dengan baik saat konseling diberikan oleh peneliti dengan menggunakan media video animasi. Mayoritas responden rata-rata memiliki perubahan persepsi *body image* ke positif dan masih terdapat 3 orang responden dengan pengetahuan yang sama setelah diberikan intervensi karena memiliki tubuh obesitas. Menurut keterangan, banyak dari responden tidak mengetahui tentang *body image* sebelumnya dan belum mendapatkan informasi tentang *body image* baik dari petugas kesehatan ataupun sekolah.

D. KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan gizi menggunakan video animasi terbukti berpengaruh signifikan dalam meningkatkan persepsi *body image* positif pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Amraini, A. (2020). *Hubungan Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan terhadap Status Gizi Remaja di SMA Negeri 5 Kota Metro*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- BPS Indonesia (2020). Sensus Penduduk 2020. *Badan Pusat Statistik Indonesia*. <https://sensus.bps.go.id/main/index/sp2020>.
- Fauzia, T. F. (2019). *Memahami pengalaman body shaming pada remaja perempuan*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Islamiyati, S. N. (2023). *Hubungan Rasa Syukur Dan Kepercayaan Diri Dengan Body Image Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram* <https://scholar.google.com/scholar>.
- Iman. M. (2016). *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan. Medan: Cita Pusaka*
- Kemenkes RI (2018). *Data remaja Indonesia* <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>.
- Kissy, T. A. (2024). *Faktor Penyebab Body Shaming Pada Remaja Perempuan: Scoping Review*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Lestari, P. I. (2021). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Melalui Media Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Makanan Cepat Saji Pada Remaja Di Desa Binjai* <https://scholar.google.com/scholar>.
- Miratunnisa, M. (2023). *Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dan Motion Graphic Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Mengenai Obesitas Pada Remaja Di Mts Darul Ihsan*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Nasyiba, O. W. (2023). *Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Komik dan Video Animasi terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Obesitas pada Siswa SMA Negeri 98 Jakarta*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Putri, N. A. (2022). *Pengaruh pendidikan gizi dengan video animasi terhadap persepsi body image remaja di SMK Al-Muhadjirin 2 Kesehatan Bekasi Timur tahun 2022*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Putri, M. P. (2022). *Asupan protein, ZAT besi dan status gizi remaja putri*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Muri Yusuf. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media.
- Ramanda, R. (2019). *Studi kepustakaan mengenai landasan teori body image bagi perkembangan remaja*. <https://scholar.google.com/scholar>.
- _____ (2014). *Pemanfaatan SPSS Dalam Penelitian Bidang Kesehatan & Umum*. Medan: Cita Pusaka