



Kemenkes
Poltekkes Padang

**PENGEMBANGAN MEDIA VIDEO *MOTION GRAPHICS* UNTUK
EDUKASI GIZI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI
MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK SISWA
GIZI LEBIH DI SMP N 31 PADANG**

SKRIPSI

Diajukan pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Kemenkes Poltekkes Padang Sebagai Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Pendidikan Sarjana Terapan Kemenkes Poltekkes Padang

Oleh :

FTRIA RAHMA DHANI
NIM. 202210575

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
KEMENKES POLTEKES PADANG**

2024

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi

"Pengembangan Media Video Motion Graphics Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang"

Oleh :

Fitria Rahma Dhani

NIM. 202210575

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui oleh pembimbing Skripsi dan telah siap untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi di Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemendes Poltekkes Padang

Padang, 19 Juni 2024

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Rina Haniyati, SKM, M.Kes

NIP. 197612112005012001

Pembimbing Pendamping

Andrafikar, SKM, M.Kes

NIP. 196606321989031003

Ketua Program Studi

Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Marni Handayani, S.St, M.Kes

NIP. 192503091998032001

PERNYATAAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi

Judul Skripsi : Pengembangan Media Video *Motion Graphics* Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang

Nama : Fitria Rahma Dhani

NIM : 202210575

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui dan diseminarkan dihadapan Dewan Penguji Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemnikes Poltekkes Padang Pada Tanggal 5 Juni 2024

Padang, 19 Juni 2024

Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



Dr. Gusneli, STP, MPH
NIP. 197105301994031001

Anggota Dewan Penguji



Dr. Hermita Bus Umar, SKM, MKM
NIP.196905291992032002

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap : Fitria Rahma Dhani
NIM : 202210575
Tanggal Lahir : 19 Desember 2001
Tahun Masuk : 2020
Nama Pembimbing Akademik : Marni Handayani, S.SIT, M.Kes
Nama Pembimbing Utama : Rina Hastiyati, SKM, M.Kes
Nama Pembimbing Pendamping : Andrafitar, SKM, M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil skripsi saya yang berjudul :

"Pengembangan Media Video Motion Graphics Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang"

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 19 Juni 2024



(Fitria Rahma Dhani)

NIM 202210575

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI



Nama : Fitria Rahma Dhani
NIM : 202210575
Tempat/Tanggal Lahir : Padang/ 19 Desember 2001
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jalan Tabek Batu RT 02 RW 07, Kelurahan Lubuk
Minturun, Kecamatan Koto Tangah Kota Padang
Status Keluarga : Anak
Nama Orang Tua
Ayah : Ilham Rahmadi
Ibu : Eni
No. Telp/Hp : 083181949698
Email : fitriarahmadhani021@gmail.com

Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Tahun Lulus	Tempat
1.	TK Aisyah 30	2008	Padang
2.	SD N 44 Padang	2014	Padang
3.	SMP N 32 Padang	2017	Padang
4.	SMA N 13 Padang	2020	Padang
5.	Kemenkes Poltekkes Padang	2024	Padang

**KEMENKES POLTEKKES PADANG
JURUSAN GIZI**

**Skripsi, Juni 2024
Fitria Rahma Dhani**

**Pengembangan Media Video *Motion Graphics* Untuk Edukasi Gizi
Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih
Di SMP N 31 Padang**

x + 66 Halaman +23 Tabel + 13 Gambar + Lampiran 5

ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan di Indonesia adalah gizi lebih dengan periode rentan mengalami gizi lebih adalah usia remaja. Media pembelajaran digunakan untuk menyalurkan pesan sehingga dapat merangsang pikiran, perhatian dan minat belajar. Media video motion graphics adalah salah satu media audio visual yang menarik dan dapat meningkatkan pemahaman remaja terkait informasi yang diberikan. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan media video motion graphics untuk edukasi gizi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian riset dan pengembangan (research and development). Tahap pengembangan yang dilakukan dalam penelitian ini terdiri dari 4 tahap yaitu tahap pembuatan konsep, pembuatan produk, uji coba dan distribution. Media video divalidasi oleh 4 orang validator. Uji coba media video Dilakukan di SMP N 31 Padang. Penelitian dilakukan pada bulan April 2023 sampai Juni 2024. Pada penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis kualitatif dan kuantitatif.

Media yang dihasilkan adalah media video motion graphics yang dibuat menggunakan aplikasi zepeto, canva, capcut dan aplikasi online convertio. Media video divalidasi oleh 4 orang validator. Hasil penilaian kelayakan media video motion graphics yaitu persentase skor penilaian dari aspek media sebesar 88,88% dan dari aspek materi sebesar 94,11%. Validasi media video motion graphics memperoleh nilai rata-rata 91,49% dengan kategori sangat baik dan skor hasil uji coba sebesar 85,22% dengan kategori baik.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk bisa mengembangkan media video motion graphics dengan berbagai topik dan aplikasi terbaru yang dapat menghasilkan media video *motion graphics* yang lebih menarik.

Kata Kunci : Pengembangan media video, *motion graphics* , Gizi Lebih

Daftar Pustaka : 48 (2007–2022)

**KEMENKES POLYTECHNIC PADANG
DEPARTMENT OF NUTRITION**

**Thesis, June 2024
Fitria Rahma Dhani**

**Development of Motion Graphics Video Media for Nutrition Education on
Changes in Food Consumption Behavior and Physical Activity of
Overnourished Students at SMP N 31 Padang**

x + 66 Pages + 23 Tables + 13 Image + 5 Attachment

ABSTRACT

One of the health problems in Indonesia is overnutrition with the vulnerable period experiencing overnutrition is adolescence. Learning media is used to channel messages so that it can stimulate thoughts, attention and interest in learning. Motion graphics video media is one of the interesting audio-visual media and can increase adolescents' understanding of the information provided. The purpose of this research is the development of motion graphics video media for nutrition education to change food consumption behavior and physical activity of overnourished students at SMP N 31 Padang.

This research is a type of research and development (research and development). The development stage carried out in this study consists of 4 stages, namely the concept making stage, product making, trial and distribution. Video media was validated by 4 validators. Video media trials were conducted at SMP N 31 Padang. The research was conducted from April 2023 to June 2024. Data analysis techniques used are qualitative and quantitative analysis techniques. The resulting media is motion graphics video media made using zepeto, canva, capcut and online convertio applications. The video media was validated by 4 validators.

The results of the feasibility assessment of motion graphics video media are the percentage of assessment scores from the media aspect of 88.88% and from the material aspect of 94.11%. Video motion graphics media validation obtained an average score of 91.49% with a very good category and a trial result score of 85.22% with a good category.

It is hoped that future researchers can develop video motion graphics media with various topics and the latest applications that can produce more interesting video motion graphics media.

Keywords : **Video media development, *motion graphics*,
Overnutrition**
Bibliography : **48 (2007-2022)**

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, dengan berkat rahmat dan karunia-Nya, penulisan skripsi ini dapat diselesaikan oleh penulis walaupun menemui kesulitan maupun rintangan.

Penyusunan dan penulisan skripsi ini merupakan suatu rangkaian dari proses pendidikan secara menyeluruh di Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Poltekkes Padang.

Judul skripsi ini **“Pengembangan Media Video *Motion Graphics* Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang”**, dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang ada, sehingga penulis merasa masih belum sempurna baik dalam isi maupun penyajiannya. Untuk itu penulis selalu terbuka atas kritik dan saran yang membangun guna penyempurnaan skripsi ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih atas segala bimbingan, pengarahan dari Ibu Rina Hasniyati, SKM, M. Kes selaku pembimbing utama dan Bapak Andrafikar, SKM, M.Kes selaku pembimbing pendamping, serta berbagai pihak yang telah membantu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga penulis tunjukkan kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa, selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang.
2. Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang.
3. Ibu Marni Handayani, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Poltekkes Padang dan sebagai Pembimbing Akademik.
4. Bapak John Amos, SKM, M.Kes selaku validator 1
5. Ibu Yuliawati Yunus, S.Pd, M.Pd, T selaku validator 2
6. Ibu Kasmiyetti, DCN, M.Biomed selaku validator 3
7. Ibu hasneli, DCN, M.Biomed selaku validator 4
8. Bapak dan Ibu dosen serta staf Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang yang telah membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
9. Kedua orang tua penulis, Ayah Ilham Rahmadi dan ibu Eni yang telah menjadi orang tua terhebat. Terimakasih yang tiada terhingga atas limpahan kasih sayang dan cinta yang tulus, do'a yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, perhatian dan pengorbanan yang diberikan membuat penulis selalu bersyukur telah memiliki keluarga yang luar biasa. Serta adik saya Haris Atha Hibatullah yang selalu menjadi motivasi terbesar penulis menyelesaikan skripsi ini.

10. Kepada mbak (Ryana Putri Solihah, S.Tr.Gz) dan Umma (Genia Putri Elysa, S.Tr.Kes) yang selalu memberi dukungan dan semangat walaupun melalui celotehannya, tetapi penulis yakin dan percaya itu adalah bentuk dukungan dan motivasi, serta senantiasa direpotkan dari awal penulisan skripsi ini.
11. Kennerseole, terimakasih atas *support*, semangat dan kebersamaan yang tidak mungkin dilupakan meskipun sekarang terpisah jarak demi menggapai impian masing-masing.
12. Teman-teman Jurusan Gizi angkatan tahun 2020 yang telah membantu dalam proses perkuliahan dan penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi.

Padang, 19 Juni 2024

Penulis,

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Media Pembelajaran.....	6
1. Pengertian Media.....	6
2. Fungsi dan Manfaat Media Pembelajaran	7
3. Macam – Macam Media Pembelajaran	8
4. Pemilihan Media Pembelajaran	9
B. Media Video <i>Motion graphics</i>	10
C. Prosedur Pengembangan Media Video	12
1. Kerangka (<i>outline</i>) media video	12
2. Keterlibatan Tim.....	12
D. Pengembangan Naskah Media Video	13
E. Remaja.....	16
1. Definisi remaja	16
2. Gizi Pada Remaja	16
F. Gizi Lebih.....	17
1. Pengertian Gizi Lebih.....	17
2. Penilaian Gizi Lebih	18
3. Faktor Penyebab Gizi Lebih.....	19
4. Dampak Gizi Lebih	22
5. Pencegahan Gizi Lebih.....	23
G. Perilaku Makan	23
H. Aktivitas Fisik	24
1. Pengertian Aktivitas Fisik	24
2. Penilaian Aktivitas Fisik	24
3. Manfaat Aktivitas Fisik	25
I. Kerangka Pikir	27
J. Pertanyaan Penelitian	28
4. Definisi Operasional.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian.....	30

B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Objek Penelitian	30
D. Prosedur Pengembangan	30
1. Tahap Pembuatan Konsep (<i>Concept</i>)	30
2. Tahap Pembuatan Produk	31
3. Tahap Uji Coba (<i>Testing</i>)	31
4. <i>Distribution</i>	33
E. Pengumpulan Data	34
F. Analisis Data	35
G. Instrumen	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Pengembangan Media Video <i>Motion Graphics</i>	39
B. Kelayakan Media	51
C. Uji Coba Respon Media Terhadap Siswa Gizi Lebih	60
D. Pembahasan Hasil Penelitian	61
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi Remaja.....	17
Tabel 2 Kategori Status Gizi.....	19
Tabel 3 Indeks aktivitas fisik	25
Tabel 4 Definisi Operasional	29
Tabel 5 Kriteria Validator	33
Tabel 6 Konversi Tingkat Pencapaian dengan Skala Liker	35
Tabel 7 Kisi-Kisi Instrumen Ahli Materi.....	37
Tabel 8 Kisi-Kisi Instrumen Ahli Media	38
Tabel 9 Kisi-Kisi Instrumen uji coba.....	38
Tabel 11 Observasi siswa gizi lebih.....	39
Tabel 12 Skor Penilaian Ahli Media 1.....	52
Tabel 13 Komentar dan Saran Validator 1 Terhadap Media Video <i>Motion Graphics</i>	53
Tabel 14 Skor Penilaian Ahli Media 2.....	54
Tabel 15 Komentar dan Saran Validator 2 Terhadap Media Video <i>Motion Graphics</i>	55
Tabel 16 Hasil Penilaian dari Kedua Ahli Media Terhadap Media Video	55
Tabel 17 Skor Penilaian Ahli Materi 1	56
Tabel 18 Komentar dan Saran Validator 3 Terhadap Media Video <i>Motion Graphics</i>	56
Tabel 19 Skor Penilaian Ahli Materi 2	58
Tabel 20 Komentar dan Saran Validator 4 Terhadap Media Video <i>Motion Graphics</i>	58
Tabel 21 Hasil Penilaian dari Kedua Ahli Materi Terhadap Media Video.....	59
Tabel 22 Hasil Validasi media dan materi video <i>Motion Graphics</i>	59
Tabel 23 Respon Hasil Uji Coba Terhadap Siswa Gizi Lebih.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pikir.....	27
Gambar 2 Prosedur Pengembangan Media Video <i>motion graphics</i>	34
Gambar 3 Tampilan Aplikasi Zepeto	42
Gambar 4 Tampilan Aplikasi Canva.....	42
Gambar 5 Tampilan Aplikasi Capcut.....	43
Gambar 6 Tampilan Aplikasi Online Convertio	44
Gambar 7 Tampilan Karakter/Tokoh	45
Gambar 8 Tampilan <i>Setting Scene</i>	47
Gambar 9 Tampilan Pembuatan Percakapan dan <i>Setting</i> Ekspresi Tokoh	48
Gambar 10 Tampilan Awal dan Akhir Video	49
Gambar 11 Tampilan Pengisian Suara	50
Gambar 12 Tampilan Penambahan Backsound Video.....	50
Gambar 13 Tampilan Save Video <i>Motion Graphics</i>	51

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Skenario Video
- Lampiran 2 Instrumen Penelitian
- Lampiran 3 Surat-Surat
- Lampiran 4 Lembar Konsultasi
- Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) sangat berpengaruh besar pada kehidupan sehari-hari. Perkembangan ilmu dan teknologi berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan manusia karena memudahkan dalam berbagai aktivitas dan pekerjaan manusia, oleh karena itu kita harus mampu beradaptasi pada perubahan yang terjadi. Teknologi Informasi dan Komunikasi dapat dimanfaatkan untuk membuat suatu media pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Media pembelajaran merupakan media yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan pengirim kepada penerima, sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan perhatian, dan minat peserta didik untuk belajar.¹

Salah satu masalah kesehatan yang ada di Indonesia adalah gizi lebih.² Gizi lebih merupakan kondisi kelebihan berat badan akibat penyimpanan lemak yang berlebih yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang dikeluarkan. Gizi lebih terdiri atas *overweight* dan obesitas.³ Salah satu periode yang rentan mengalami gizi lebih adalah kelompok usia remaja.⁴ Remaja dapat dikatakan rentan mengalami masalah gizi lebih karena adanya perubahan pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi, serta perubahan gaya hidup yang kurang baik.⁵

Prevalensi gizi lebih di Indonesia semakin meningkat. Berdasarkan data laporan nasional Riskesdas tahun 2013 prevalensi gizi lebih pada remaja usia 13-15 tahun berdasarkan indeks (IMT/U) yaitu 10,8 % (8,3% *overweight* dan 2,5%

obesitas).⁶ Kemudian pada tahun 2018 gizi lebih pada remaja meningkat menjadi 16% (11,2% *overweight* dan 4,8% obesitas).⁷ Di wilayah provinsi Sumatera Barat, prevalensi gizi lebih tahun 2013 pada remaja yaitu 10,4% (8,3% *overweight* dan 2,1% obesitas).⁶ Kemudian pada tahun 2018 gizi lebih pada remaja meningkat menjadi 14,6% (10,3 *overweight* dan 4,3% obesitas).⁷

Kota Padang merupakan salah satu kota yang ada di Sumatera Barat yang memiliki prevalensi gizi lebih dengan angka yang cukup tinggi yaitu 17,94% (10,10% *overweight* dan 7,84% obesitas). Prevalensi masalah gizi lebih tersebut lebih banyak terjadi pada remaja putri dibandingkan remaja laki-laki, yaitu masing-masing 16,8% (12,47 *overweight* dan 4,11% obesitas) dan 12,51% (8,07 *overweight* dan 4,44% obesitas).⁸ SMP N 31 Padang merupakan salah satu sekolah dengan prevalensi status gizi lebih tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Andalas yaitu 21,3% (14% *overweight* dan 7,3% obesitas) pada tahun 2022. Hasil skrining gizi dari Puskesmas Andalas untuk siswa baru kelas VII tahun 2022 dengan prevalensi gizi lebih yaitu 20,3% (14,7% *overweight* dan 5,6% obesitas).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya gizi lebih pada remaja adalah perilaku makan yang salah. Gizi lebih disebabkan karena asupan energi berlebih yang banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Remaja lebih suka jajanan dan mencoba hal yang baru sehingga semakin tinggi keinginan untuk mencoba jajanan baru yang mengandung lemak tinggi.⁹

Asupan zat gizi makro adalah faktor langsung yang dapat mempengaruhi status gizi. Apabila asupan zat gizi yang masuk tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang sesuai akan membuat asupan zat gizi tersebut menjadi menumpuk dan

pembakaran kalori dalam tubuh kurang optimal, hal tersebut dapat mengakibatkan terjadinya masalah gizi.⁵ Sebagian besar remaja yang obesitas memiliki tingkat konsumsi zat gizi makro yang lebih tinggi, dibandingkan dengan remaja yang mengkonsumsi zat gizi makro sesuai dengan kebutuhannya.¹⁰

Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi obesitas. Dengan aktivitas fisik, maka akan membakar tenaga dalam tubuh termasuk kalori yang berlebihan tanpa diimbangi aktivitas fisik, sehingga tubuh akan mengalami obesitas.¹¹

Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara aktivitas fisik serta pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi lebih pada siswa SMA.¹⁰ Selain itu edukasi gizi dengan menggunakan video *motion graphics* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang obesitas pada remaja.¹² Penelitian terkait pengembangan media video menunjukkan bahwa produk video animasi dapat meningkatkan motivasi belajar siswa serta layak digunakan dalam proses pembelajaran.¹

Salah satu media yang dapat digunakan yaitu media audio visual yakni video *motion graphics*. Video *motion graphics* merupakan media pembelajaran yang menyenangkan dan menarik. Sehingga dapat membantu siswa untuk dapat mengingat materi, meningkatkan imajinasi, dan berpikir kritis serta dapat memicu siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran.¹³

Dari hasil pengamatan yang dilakukan pada remaja gizi lebih, umumnya disebabkan karena kebiasaan jajan di sekolah maupun diluar sekolah, remaja juga kurang dalam aktivitas fisik. Selain itu, kebiasaan berkumpul setelah pulang

sekolah dengan membeli makanan tinggi kalori dan lemak juga menjadi salah satu faktor pemicu gizi lebih tersebut. Berdasarkan wawancara pada beberapa remaja gizi lebih, diketahui bahwa mereka memiliki kebiasaan ngemil jajanan, dan kurang aktivitas fisik. Hal ini dilihat dari kegiatan siswa pada jam olahraga yang tidak mengikuti kegiatan olahraga dengan maksimal justru hanya duduk menonton kegiatan saja dan bermain *handphone* di waktu luang.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengembangan Media Video *motion graphics* Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang didapatkan rumusan masalah yaitu :
Bagaimana pengembangan media video tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah :

1. Mengembangkan media video untuk edukasi gizi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.
2. Mengetahui kelayakan media video tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.
3. Mengetahui hasil uji coba media video kepada kelompok kecil (*small group*) tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Sekolah

Untuk menambah sumber bacaan dan informasi yang berguna terkait pengembangan media video *motion graphics* untuk edukasi gizi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat dan juga sebagai sumber bacaan untuk peneliti selanjutnya.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dengan mengimplementasikan teori yang dimiliki untuk diterapkan dalam kegiatan pengembangan media video *motion graphics* untuk edukasi gizi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan Media Video *motion Graphics* untuk edukasi gizi perubahan perilaku makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih. Tahap awal penelitian ini yaitu melakukan analisis masalah, selanjutnya dilakukan pembuatan video *motion Graphics* dengan menggunakan aplikasi zepeto, canva, capcut, dan aplikasi *online converti*. Kelayakan media video *motion Graphics* dilakukan kepada 4 orang validator dan uji coba media video *motion Graphics* dilakukan kepada 15 orang siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Media Pembelajaran

1. Pengertian Media

Menurut terminologi, media berasal dari bahasa latin "*medium*" yang artinya perantara, sedangkan dalam bahasa Arab media berasal dari kata "*wasaa'ila*" artinya pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Media pembelajaran juga dapat didefinisikan sebagai berikut:¹⁴

1. Gerlach dan Ely (1971) mengemukakan bahwa media belajar merupakan alat-alat grafis, fotografis atau elektronis untuk menangkap, memproses dan menyusun kembali informasi visual atau verbal.
2. Heinich, dkk. (1985) mengatakan bahwa media pembelajaran merupakan pembawa pesan atau informasi yang bertujuan pembelajaran atau mengandung maksud-maksud pembelajaran.
3. Martin dan Briggs (1986) mengatakan bahwa media pembelajaran mencakup semua sumber yang diperlukan untuk melakukan komunikasi dengan pembelajar. Sumber tersebut bisa berupa perangkat keras dan perangkat lunak yang digunakan pada perangkat keras.
4. H. Malik (1994) mengatakan bahwa media belajar adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (bahan pembelajaran), sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran dan perasaan pembelajar dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu.

2. Fungsi dan Manfaat Media Pembelajaran

Istilah media sebelumnya dikenal dengan alat peraga, kemudian dikenal dengan istilah *audio visual aids* (alat bantu pandang/dengar). Selanjutnya disebut dengan istilah *instructional materials* (materi pembelajaran), dan kini istilah yang lazim digunakan dalam dunia pendidikan nasional adalah *instructional media* (media pendidikan atau media pembelajaran). Dalam perkembangannya, sekarang muncul istilah *e-learning*. Huruf "e" merupakan singkatan dari elektronik. Artinya media pembelajaran berupa alat elektronik, meliputi CD multimedia interaktif sebagai bahan ajar *offline* dan *website* sebagai bahan ajar *online*.¹⁴

Berdasarkan pengertian di atas media pembelajaran memiliki fungsi yaitu memvisualisasikan sesuatu yang tidak dapat dilihat atau sukar dilihat sehingga nampak jelas dan dapat menimbulkan pengertian atau meningkatkan persepsi seseorang (R.M. Soelarko, 1995).¹⁴

Secara umum media mempunyai kegunaan antara lain:

- a. Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis.
- b. Digunakan untuk mengatasi keterbatasan ruang, waktu tenaga dan daya indra.
- c. Menimbulkan gairah untuk belajar, interaksi lebih langsung antara murid dengan sumber belajar.
- d. Memungkinkan anak belajar secara mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori dan kinestetiknya.
- e. Kegunaan media untuk memberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman dan menimbulkan persepsi yang sama.

Fungsi pokok media pembelajaran dalam proses belajar mengajar terdiri atas 6 fungsi antara lain:

- a. Penggunaan media dalam proses belajar mengajar mempunyai fungsi tersendiri sebagai alat bantu untuk mewujudkan situasi belajar mengajar yang efektif.
- b. Penggunaan media merupakan bagian yang berhubungan dari keseluruhan situasi mengajar.
- c. Media belajar dalam pengajaran penggunaannya integral dengan tujuan dan isi pelajaran.
- d. Media belajar dalam pengajaran bukan semata-mata alat hiburan atau bukan sekadar pelengkap.
- e. Media belajar dalam pengajaran lebih diutamakan untuk mempercepat proses belajar mengajar dan membantu siswa dalam menangkap pengertian yang diberikan guru.
- f. Penggunaan media belajar dalam pengajaran diutamakan untuk mempertinggi mutu belajar mengajar.¹⁴

3. Macam – Macam Media Pembelajaran

Macam-macam media pembelajaran yang lazim digunakan dalam kegiatan belajar mengajar diantaranya :

- a. Media grafik termasuk dalam media visual, banyak jenis media grafis diantaranya (gambar/foto, sketsa, diagram, bagan/*chart*, grafik/*graphics*), kartun, poster, peta dan globe, papan flanel/*flannel board*, papan buletin/*bulletin board*)

- b. Media audio, berkaitan dengan indera pendengaran diantaranya; radio, alat perekam pita magnetik, piringan hitam dan laboratorium.
- c. Media proyeksi diam (*still projected medium*), mempunyai persamaan dengan media grafik jika pada media grafis dapat secara langsung berinteraksi dengan pesan media yang bersangkutan pada media proyeksi, pesan tersebut harus ditayangkan dengan infocus sehingga dapat dilihat oleh sasaran. Beberapa jenis media proyeksi diantaranya: film bingkai/*slide*, film rangkai (*film strip*), *overhead proyektor*, *proyektor opaque*, *tachitoscope*, *microprojection* dengan *microfilm*.¹⁵

4. Pemilihan Media Pembelajaran

Dalam proses belajar mengajar, ketepatan pemilihan media sangat berpengaruh terhadap hasil belajar. Oleh sebab itu, dalam pemilihan media sebaiknya dilakukan secara optimal agar proses belajar dapat berlangsung secara efektif. Ada enam kriteria pemilihan media yang harus diperhatikan:

- a. Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai secara umum yaitu harus menyangkut pada salah satu atau gabungan dari ranah kognitif, afektif, dan psikomotor.
- b. Tepat untuk mendukung isi palajaran yang bersifat fakta, konsep, prinsip dan generalisasi.
- c. Praktis, luwes, dan bertahan.
- d. Guru terampil menggunakannya.
- e. Ketepatan pengelompokkan sasaran.

- f. Mutu teknis dimana pengembangan visual maupun audio memenuhi persyaratan teknis tertentu.¹⁶

B. Media Video *Motion graphics*

Video adalah media belajar yang menampilkan gerak, gambar, dan suara, sekaligus menarik perhatian siswa. Video juga memiliki fungsi sebagai suatu hal yang manipulatif dan menghemat waktu. Siswa dapat belajar dari video yang ditontonnya tanpa harus melihat kejadian langsung dalam video tersebut. Manfaat dari video yaitu pembelajaran lebih jelas dan menarik, proses belajar lebih interaktif, efisiensi waktu dan tenaga, meningkatkan kualitas hasil belajar, belajar dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.¹⁷

Pada saat ini perkembangan teknologi informasi semakin pesat, dengan terus dikembangkan teknologi-teknologi yang mendukungnya. Video animasi merupakan salah satu media tersebut. Terlepas dari hal itu, video animasi sangat banyak digunakan dalam berbagai aspek seperti hiburan, dokumentasi, pendidikan dan yang lainnya kepada masyarakat. Pada umumnya, video animasi memiliki kecenderungan daya tarik tersendiri dalam penyajiannya.¹³

Tanpa disadari, pesan yang disampaikan berpengaruh terhadap pandangan penonton. Dengan mengaplikasikan *motion graphics* sebagai media penyampaian informasi dinilai efisien. *Motion graphics* adalah potongan media visual berbasis waktu yang menggabungkan film dan desain grafis. Hal tersebut bisa dicapai dengan menggabungkan berbagai elemen-elemen seperti animasi 2D dan 3D, video, film, tipografi, ilustrasi, fotografi, dan music.¹³

Konteksnya adalah infografis yang didesain bergerak seperti yang ada pada media audio visual seperti film, video dan animasi komputer. *Motion graphics* merupakan media untuk bercerita kepada pemuda-pemudi cukup *feasible* karena media *motion graphics* cocok untuk membawa konten yang banyak sehingga lebih mudah diingat dan lebih menarik bagi penonton.¹³

Motion graphics adalah perpaduan antara animasi dan desain grafis. *Motion graphics* biasanya dimanfaatkan untuk keperluan edukasi. Manfaat dari *motion graphics* yaitu dapat membantu penonton untuk memahami keseluruhan konten dalam video. *Motion graphics* juga berguna untuk membantu penonton untuk menyerap informasi yang disajikan dengan lebih singkat. Video *motion graphics* cenderung meninggalkan kesan positif bagi para penonton yang baru saja melihatnya. Penonton akan merasa terbantu dengan gerakan-gerakan grafis yang membuat informasi rumit menjadi lebih mudah dipahami.¹⁷

Perbedaan antara video animasi dengan video *motion graphics* yaitu dari segi definisi animasi adalah gambar atau objek statis yang bergerak, sedangkan *motion graphics* adalah pertemuan antara desain grafis dengan animasi. Dari segi tujuan animasi biasanya dibuat sebagai media untuk bercerita, sedangkan *motion graphics* biasanya dibuat dengan tujuan edukasi. Jadi, konteks yang disajikan lebih ringan dibandingkan animasi. Perbedaan lainnya adalah perbedaan narasi video animasi menyampaikan sebuah cerita dengan memakai karakter yang menarik minat penonton, *motion graphics* digunakan untuk berkomunikasi dengan *audiens* penambahan narasi sangat penting dilakukan untuk membagikan informasi.¹⁷

C. Prosedur Pengembangan Media Video

1. Kerangka (*outline*) media video

- a. Pendahuluan
- b. Tayangan gambar
- c. Pengantar
- d. Isi video
- e. Penutup

Pada tampilan pendahuluan perlu ditampilkan pengantar mengapa materi itu penting, bagaimana kaitan dengan materi-materi lainnya. Hal yang penting juga adalah sajian tujuan pembuatan perlu ditayangkan untuk memotivasi siswa untuk mempelajari materi lebih lanjut.

Kegiatan inti berisi uraian materi yang lengkap, hal ini dilengkapi dengan uraian contoh, simulasi dan demonstrasi atau peragaan. Kuantitas durasi waktu yang tersedia selama video tersebut berlangsung banyak terdapat pada kegiatan inti ini. Penutup berisi tentang rangkuman dari juga kegiatan dari video tersebut yang harus dilaksanakan oleh siswa.

2. Keterlibatan Tim

Pengembangan media video pembelajaran adalah kegiatan yang melibatkan beberapa keahlian/keterampilan (*Course Team Aproach*) yang secara sinergi menghasilkan produk media video, sesuai dengan kebutuhan rancangan tersebut. Pembuatan media video membutuhkan kemampuan/keterampilan pada bidang-bidang sebagai berikut:

- a. Ahli substansi (*subject matter expert*) merupakan orang yang menguasai materi kompetensi dan bertanggung jawab menulis *script* (naskah) materi.
- b. Ahli media instruksional (*instructional media spesialis*) merupakan orang yang merancang serta mengembangkan spesifikasi dari media (teks, grafis, animasi dan audio) yang sesuai dengan materi yang sedang dikembangkan.
- c. Ahli metode instruksional (*instructional methods spesialis*) adalah orang yang memiliki kemampuan merancang dan menetapkan metode yang tepat sesuai dengan materi pembelajaran yang dikembangkan.
- d. Sutradara adalah orang yang bertanggung jawab secara konsep dan teknis terhadap jalannya kegiatan produksi. Baik atau buruknya hasil video tergantung peran sutradara.
- e. Ahli komputer *editing* video dan desain grafis (*computer graphics specialist*) adalah orang yang memiliki kemampuan mengedit video menyusunnya sehingga menjadi sajian yang utuh juga bertugas merancang, menetapkan dan membuat grafis yang sesuai untuk materi pembelajaran yang dikembangkan.
- f. *Sound director* adalah orang yang bertanggung jawab dalam menghasilkan kualitas suara yang baik, termasuk dengan pemilihan musik. Dalam video pembelajaran, *sound* amat berperan karena pesan pembelajaran di dominasi oleh visual dan suara. Suara cukup berpengaruh terhadap kualitas video.¹⁸

D. Pengembangan Naskah Media Video

Langkah-langkah umum yang biasa digunakan dalam membuat naskah video pembelajaran adalah :

a. Tentukan ide

Ide yang baik biasanya timbul dari adanya masalah. Masalah tersebut dapat dirumuskan sebagai kesenjangan antara kenyataan yang ada dengan apa yang seharusnya ada.

b. Rumusan tujuan

Rumusan tujuan yang dimaksud adalah rumusan mengenai kompetensi seperti apa yang diharapkan oleh kita, sehingga setelah menonton program ini siswa benar-benar menguasai kompetensi yang kita harapkan tadi, selain itu kita perlu menentukan sasarannya siapa.

c. Melakukan survey

Survey ini dilakukan untuk mengumpulkan informasi dan bahan-bahan yang dapat mendukung program yang akan dibuat.

d. Membuat garis besar isi

Bahan serta informasi dan data yang sudah dikumpulkan melalui survey tentu harus berkaitan erat dengan tujuan yang sudah dirumuskan. Bahan yang akan disajikan melalui program harus dapat mendukung tercapainya tujuan yang sudah dirumuskan. Untuk itu susunlah bahan-bahan tersebut dalam bentuk out-line (garis besar). Dengan memfokuskan kepada siapa sasaran kita, bagaimana karakteristik mereka, kemampuan apa yang sudah ada dan belum dimiliki mereka.

e. Membuat sinopsis

Sinopsis merupakan ikhtisar cerita yang menggambarkan isi program secara ringkas dan masih bersifat secara umum.

f. Membuat *treatment*

Treatment adalah pengembangan lebih jauh dari sinopsis yang sudah disusun sebelumnya. Berbeda dengan sinopsi yang penuturannya masih bersifat literature. Treatment disusun lebih mendekati rangkaian adegan film. Rangkaian atau urutan kejadian pada adegan lebih terlihat secara jelas, dengan begitu orang yang membaca treatment kita sudah bisa membayangkan secara global visualisasi yang akan tampak dalam program.

g. Membuat *storyboard* (gambaran rancangan)

Storyboard Storyboard sebaiknya dibuat secara lembar per lembar, dimana perlembarannya berisi satu scene dan setting, namun bagi yang masih amatir, dalam setiap lembarnya bisa diisi dengan 2 sampai 3 scene/setting. storyboard memuat unsur-unsur visual maupun audio, juga istilah-istilah yang terdapat dalam video.

h. Menulis naskah

Naskah pada dasarnya tidak jauh berbeda dengan storyboard. perbedaannya terletak pada urutan penyajian visualisasi maupun audionya sudah pasti dan penuturannya sudah bersifat lebih rinci. Ada beberapa hal penting yang harus diperhatikan dalam menulis naskah yaitu:

1. menggunakan gaya bahasa percakapan sehari-hari bukan gaya bahasa sastra.
2. Kalimat harus jelas, singkat dan informative
3. Penggunaan perbendaharaan kata yang sesuai dengan latar belakang audiens..¹⁹

E. Remaja

1. Definisi remaja

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, berdasarkan peraturan menteri kesehatan RI No. 25 tahun 2014, remaja merupakan penduduk pada rentang usia 10-18 tahun dan berdasarkan badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.²⁰

Masa remaja adalah masa peralihan (transisi) dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan serta perkembangan baik itu secara fisik dan juga mental. Terdapat perubahan fisik yang terjadi pada fase remaja yang begitu cepat, misalnya perubahan di ciri seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang pada wanita sedangkan pada laki-laki tumbuhnya kumis, jenggot dan perubahan suara yang semakin dalam.²⁰

Perkembangan dikatakan juga sebagai fase pubertas, yaitu suatu periode dimana kematangan kerangka atau fisik seperti proporsi tubuh, berat dan tinggi badan mengalami perubahan dan kematangan fungsi seksual yang terjadi secara pesat terutama di awal masa remaja.²⁰

2. Gizi Pada Remaja

Makanan mengandung unsur zat gizi yang sangat diperlukan untuk tumbuh dan kembang. Dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan teratur, remaja akan tumbuh sehat. Pada masa remaja makanan berkontribusi 30% atau lebih dari asupan kalori setiap harinya.

Kebutuhan dan kecukupan gizi pada remaja didapatkan dari kesesuaian antara jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan fungsi tubuh sehingga bermanfaat bagi terpeliharanya fungsi tubuh secara optimal. Gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari dapat mencegah terjadinya keadaan gizi kurang atau gizi lebih. Asupan makanan mempengaruhi pertumbuhan tubuh. Jika asupan tidak kuat dapat menyebabkan seluruh fungsional remaja ikut terganggu antara lain derajat metabolisme yang buruk, tingkat efektivitas, tampilan fisik dan kematangan seksual.²¹

Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi Remaja

Umur (Tahun)	Energi (Kkal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	Karbohidrat (gr)
Laki-laki				
10-12 tahun	2000	50	65	300
13-15 tahun	2400	70	80	350
16-18 tahun	2650	75	85	400
19-29 tahun	2650	65	75	430
Perempuan				
10-12 tahun	1900	55	65	280
13-15 tahun	2050	65	70	300
16-18 tahun	2100	65	70	300
19-29 tahun	2250	60	65	360

Sumber AKG 2019.²²

F. Gizi Lebih

1. Pengertian Gizi Lebih

Gizi lebih merupakan keadaan dimana berat badan seseorang berlebih karena kelebihan asupan energi yang ditumpuk dalam bentuk cadangan berupa lemak. Gizi lebih dikategorikan menjadi dua yaitu *overweight* dan obesitas yang dapat terjadi pada semua kalangan usia terutama pada usia remaja.²³ *Overweight* pada saat usia remaja akan mengakibatkan terjadinya obesitas pada usia dewasa

nanti, sehingga dapat mengakibatkan berbagai penyakit seperti DM tipe 2, hipertensi, dislipidemia, penyakit kardiovaskular, dan kanker.²⁴

2. Penilaian Gizi Lebih

a. Pengukuran Antropometri

Antropometri berasal dari kata *antropos* dan *metri*. *Antropos* artinya manusia dan *metri* artinya ukuran. Jadi antropometri ialah ilmu khusus yang membahas tentang ukuran tubuh manusia.²⁵

a) Berat badan

Berat badan terdiri dari jumlah cairan, lemak, otot, dan mineral tulang di dalam tubuh manusia. Berat badan seseorang dapat diketahui dengan beberapa cara, namun yang paling sederhana adalah melakukan penimbangan dengan menggunakan timbangan berat badan yang dinyatakan dalam satuan kilogram (kg).²⁵

b) Tinggi badan

Tinggi badan dan berat badan merupakan parameter yang banyak digunakan untuk menentukan status gizi seseorang. Dalam mengukur tinggi badan hal yang perlu diperhatikan adalah cara berdiri yang benar dan alat ukur yang tepat agar tidak terjadi kesalahan pada saat pengukuran. Alat yang digunakan untuk pengukuran tinggi badan yaitu mikrotoa.²⁵

b. Indeks Masa Tubuh

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu bentuk pengukuran yang digunakan untuk mengukur komposisi tubuh yang diukur menggunakan berat badan dan tinggi badan dan kemudian diukur menggunakan rumus IMT. Angka IMT digunakan untuk menunjukkan kategori berat badan seseorang apakah sudah proporsional atau belum. IMT dapat diketahui dengan membagi berat badan (BB) dalam (kg) dengan tinggi badan (TB) dalam (m)².²⁶

Gizi lebih pada remaja dapat diketahui melalui hasil ukur antropometri yang dirujuk pada standar rujukan sesuai dengan peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak.²⁷

$$\text{Rumus : IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)}^2}$$

Tabel 2 Kategori Status Gizi

Indeks	Kategori Status Gizi	Z-Score
IMT/U anak usia 5 – 18 tahun	Gizi buruk (<i>severely thinnes</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>Thinness</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD sd +2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+2 SD

Sumber : *PMK No. 2 Standar Antropometri Anak.*²⁷

3. Faktor Penyebab Gizi Lebih

Gizi lebih dapat terjadi akibat asupan makanan yang berlebih yaitu tingginya mengkonsumsi energi, lemak, dan karbohidrat, namun rendah serat. Kelebihan asupan zat gizi makro, seperti karbohidrat akan tersimpan sebagai glikogen dengan jumlah terbatas dan sisanya menjadi lemak, protein akan dibentuk sebagai protein tubuh dan sisanya lemak, sedangkan lemak akan

disimpan sebagai lemak. Sehingga banyaknya akumulasi lemak didalam tubuh dapat menyebabkan status gizi lebih pada remaja.⁴

Gizi lebih dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah aktivitas fisik yang kurang. Aktivitas fisik seperti olahraga dapat menyumbang pengeluaran energi sebesar 20-50%. Setiap berolahraga akan terjadi pembakaran atau peningkatan metabolisme di dalam tubuh yang akan membuat tubuh menjadi panas dan berkeringat.²⁴

Faktor penyebab gizi lebih antara lain :

a. Faktor Genetik

Gizi lebih dapat terjadi kepada generasi berikutnya dalam sebuah keluarga. Itulah yang menyebabkan ketika orang tuanya memiliki gizi lebih kebanyakan anaknya juga memiliki gizi lebih. Persentase gizi lebih pada anak yang kedua orang tuanya memiliki gizi lebih yaitu 80%, apabila salah satu orang tuanya memiliki gizi lebih, maka kejadian gizi lebih pada anak menjadi 40%, dan apabila kedua orang tua tidak memiliki gizi lebih maka persentase anaknya mengalami gizi lebih menjadi 14%.²⁸ Anggota keluarga tidak hanya berbagi gen, tetapi juga makanan dan kebiasaan gaya hidup yang bisa mendorong terjadinya gizi lebih. Seringkali sulit untuk memisahkan faktor gaya hidup dengan faktor genetik.²⁹

b. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan perilaku atau gaya hidup. Seseorang tidak dapat mengubah genetiknya tetapi bisa mengubah kebiasaan makan dan aktivitas fisiknya. Kebiasaan makan merupakan penyebab terjadinya gizi lebih, yaitu mengkonsumsi makanan dalam porsi besar (melebihi dari kebutuhan). Prilaku

makan yang salah adalah mengkonsumsi makan dalam jumlah banyak tanpa diikuti dengan aktivitas fisik yang sesuai.³⁰

c. Faktor Psikis

Terdapat dua pola makan yang sering dilakukan oleh remaja yang dapat mengakibatkan gizi lebih, yang pertama yaitu makan dengan jumlah yang banyak dan makan di waktu malam hari. Pemicu dari kedua pola makan ini adalah stres dan emosi. Banyak orang yang melimpahkan emosinya kepada makanan. Salah satu gangguan emosi adalah persepsi diri yang negatif.³⁰

d. Asupan Makan

Faktor utama yang menyebabkan gizi lebih adalah asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Perubahan perilaku gaya hidup terutama perilaku makan seperti makan berlebih, suka mengkonsumsi *fast food* maupun *junk food*. Makanan cepat saji memiliki kandungan lemak yang tinggi dan bersifat padat energi sehingga dapat menyebabkan terjadinya gizi lebih.³¹

e. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik yang kurang akan menyebabkan penumpukan lemak atau kelebihan energi dalam tubuh. Kelebihan energi karena kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko kegemukan dan obesitas. Aktivitas fisik didefinisikan sebagai pergerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga atau pembakaran energi salah satu bentuk aktivitas fisik adalah olahraga. Aktivitas fisik menyumbang pengeluaran energi sebesar 20-50%.³²

f. Faktor Perilaku

Kebiasaan tidur yang buruk memiliki keterkaitan dengan penambahan berat badan yang berlebihan. Hal ini dapat terjadi karena kesempatan yang lebih banyak untuk makan atau waktu olahraga yang kurang, lingkungan keluarga, dan dukungan orang tua juga dianggap sebagai penentu potensial penambahan berat badan berlebihan.³¹

g. Penggunaan Obat-obatan

Seseorang dalam keadaan sakit akan mengkonsumsi obat bermacam-macam dengan tujuan untuk menyembuhkan, beberapa obat dapat meningkatkan nafsu makan. Obat-obatan tertentu seperti steroid dan beberapa anti depresi juga dapat menyebabkan penambahan berat badan.²⁹

h. Jenis Kelamin

Gizi lebih lebih banyak ditemukan pada wanita dibandingkan laki-laki. Proporsi obesitas yang lebih tinggi pada wanita dibandingkan laki-laki kemungkinan dipengaruhi oleh porsi lemak tubuh pada wanita lebih tinggi. Wanita cenderung menimbun lemaknya disekitar pinggul, paha, lengan, punggung dan perut sedangkan laki-laki penumpukan jaringan lemak umumnya terjadi dibagian perut. Jumlah timbunan lemak tubuh pada wanita normalnya 25-30% dan pria 18-23%. Laki-laki juga lebih banyak melakukan aktivitas fisik dibandingkan wanita yang lebih banyak melakukan kegiatan ringan.³³

4. Dampak Gizi Lebih

Faktor risiko terjadinya gizi lebih adalah munculnya penyakit degeneratif seperti DM tipe 2, hipertensi, dislipidemia, penyakit kardiovaskular, dan kanker.

Gizi lebih juga mempengaruhi faktor kejiwaan (mental) yaitu sering merasa kurang percaya diri. Apalagi pada masa remaja dan mengalami gizi lebih akan membuat remaja tersebut kurang percaya diri akan penampilannya.²⁴

5. Pencegahan Gizi Lebih

Pencegahan gizi lebih dapat dilakukan dengan pendekatan kepada remaja dan orang-orang terdekat untuk melakukan gaya hidup sehat meliputi pola dan perilaku makan dan aktivitas fisik. Pendekatan dilakukan kepada remaja baik yang beresiko maupun yang sudah gizi lebih. Beberapa cara untuk pencegahan gizi lebih yaitu :³⁴

- a. Konsumsi sayur dan buah minimal 5 porsi perhari.
- b. Membatasi tidur yang berlebih.
- c. Meningkatkan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari.
- d. Membatasi aktivitas seperti menonton tv, bermain *handphone* dan games.
- e. Membatasi konsumsi gula, garam dan lemak yang berlebihan.

G. Perilaku Makan

Perilaku makan merupakan suatu perilaku yang dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi yang akan berpengaruh kepada kesehatan seseorang. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak, dan seluruh kelompok umur. Gizi yang terpenuhi akan membuat berat badan normal atau sehat, tidak mudah terkena suatu penyakit, produktivitas kerja meningkat serta terlindungi dari penyakit kronis dan kematian dini.⁹

H. Aktivitas Fisik

1. Pengertian Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran energi atau tenaga dan pembakaran energi. Aktivitas fisik dikatakan cukup apabila melakukan latihan fisik atau olahraga selama 30 menit setiap hari atau minimal selama 3-5 kali seminggu. Aktivitas fisik atau olahraga adalah salah satu cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani.³⁸

Aktivitas fisik menyumbang pengeluaran energi 20-50%. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan terjadinya kelebihan energi yang akhirnya disimpan dalam bentuk jaringan lemak. Asupan energi yang berlebih dan tidak diimbangi dengan aktivitas fisik akan menyebabkan terjadinya penambahan berat badan dan dapat menimbulkan masalah gizi lebih.³²

2. Penilaian Aktivitas Fisik

Menurut Baecke (2014) untuk mengukur aktivitas fisik seseorang diperlukan indeks kegiatan/bekerja, indeks olahraga, dan indeks waktu luang. Cara menilainya dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Indeks aktivitas fisik

No.	Aktivitas Fisik	Jenis Aktivitas Fisik
1.	Indeks kegiatan/pekerjaan	1. Ringan : pelajar, dosen, guru, penjaga toko, pekerjaan kantoran, pekerja medis, ibu rumah tangga (skor 1) 2. Sedang : buruh pabrik, tukang pipa, tukang kayu (skor 3) 3. Berat : kuli bangunan, altet (skor 5)
2.	Indeks olahraga	1. Ringan : billiard, bowling, golf, (skor 0,78) 2. Sedang : bulu tangkis, bersepeda, menari, bermain tennis, dll (skor 1,26) 3. Berat : tinju, basket, sepak bola, rugby (skor 1,76)
3.	Indeks waktu luang	Lamanya bersepeda atau berjalan 1. <5 menit skor 1 2. 5 – 15 menit skor 2 3. 15 – 30 menit skor 4 4. 30 – 45 menit skor 5

Keterangan aktivitas fisik :

Ringan : skor <5,6

Sedang : skor 5,6 – 7,9

Berat : skor >7,9

3. Manfaat Aktivitas Fisik

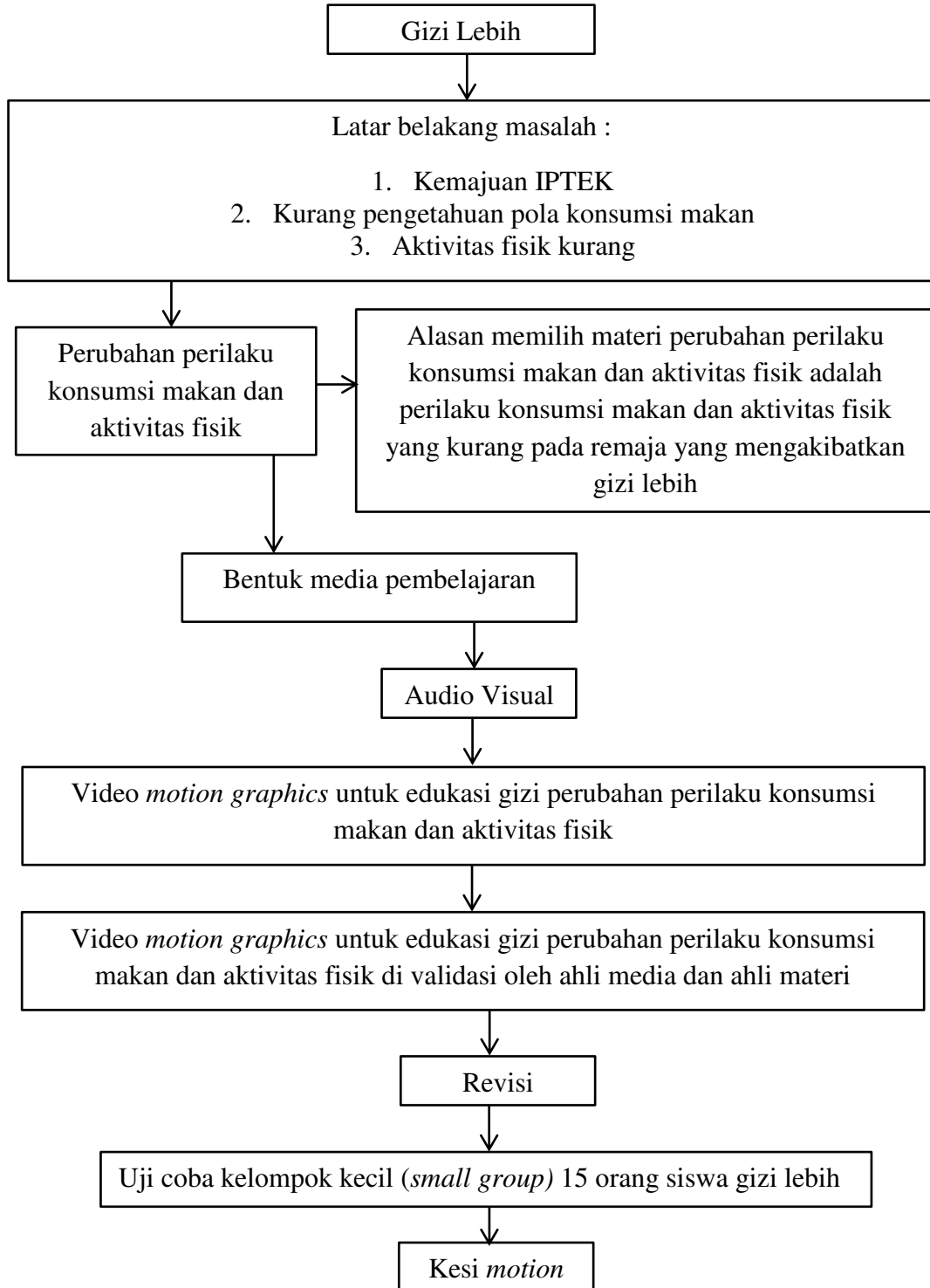
Manfaat yang dapat diperoleh dari aktivitas fisik adalah mengontrol tekanan darah dan meningkatkan kapasitas kerja jantung dan paru-paru, memperbaiki *mood*, meningkatkan kapasitas kerja otot dan membantu memperlambat penurunan densitas tulang. Tujuan dari aktivitas fisik adalah mencegah penurunan metabolisme basal, meningkatkan kebutuhan energi, dan mempertahankan massa otot. Perlu diperhatikan pemilihan jenis aktivitas atau olahraga yang dapat memakai asam lemak sebagai sumber energi yaitu aktivitas fisik dengan intensitas ringan sampai sedang tetapi dilakukan secara teratur. Untuk memperoleh penurunan berat badan, maka dibutuhkan aktivitas fisik dengan frekuensi 5-6 kali dalam seminggu selama 20-60 menit. Olahraga dengan

intensitas ringan seperti berjalan kaki selama 30-60 menit dapat meningkatkan energi ekpenditur.³⁹

Asupan makan dan aktivitas fisik memerlukan keseimbangan yang baik, salah satu metode yang dapat digunakan adalah catatan diet pasien menggunakan monitoring asupan makanan baik jumlah, jenis, dan waktu makan. Demikian juga dengan aktivitas fisik yang sesuai. Catatan ini dapat mengevaluasi faktor apa saja yang menjadi keberhasilan maupun kegagalan dalam proses penurunan berat badan.³⁹

I. Kerangka Pikir

Gambar 1 Kerangka Pikir



J. Pertanyaan Penelitian

Video pembelajaran yang dibuat dengan langkah-langkah yang rinci, dan jelas akan dapat mempermudah siswa dalam mempelajari materi. Berdasarkan pemikiran tersebut, maka timbul pertanyaan-pertanyaan penelitian dalam pengembangan media pembelajaran video khususnya tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang, yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana mengembangkan media video tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang?
2. Bagaimana kelayakan media video tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang?
3. Bagaimana hasil uji coba media video kepada kelompok kecil (*small group*) tentang perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang?

Dengan demikian, setelah dihasilkannya media pembelajaran dalam bentuk video tersebut, maka diharapkan dapat digunakan sebagai media pembelajaran dalam perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

4. Definisi Operasional

Tabel 4 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Pengembangan media video <i>motion graphics</i>	Pengembangan media adalah proses merancang, membuat serta mengembangkan suatu produk media video <i>motion graphics</i> yang akan digunakan untuk perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih.	-	-	-	-
Kelayakan Media Video <i>motion graphics</i>	Kelayakan video <i>motion graphics</i> adalah video <i>motion graphics</i> yang dihasilkan sesuai dengan kriteria penilaian media dan kriteria penilaian materi. Kelayakan media didapatkan dari hasil penilaian ahli media dan ahli materi.	Wawancara	Angket	Kelayakan media video diukur berdasarkan skala liker 1. Sangat baik 90% - 100% 2. Baik 75% - 89% 3. Cukup 65% - 74% 4. Kurang 55% - 64% 5. Sangat kurang 0% - 54%	Rasio
Uji Coba Media Video <i>motion graphics</i>	Uji coba media video <i>motion graphics</i> merupakan tahapan untuk mengetahui respon siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang terhadap media <i>motion graphics</i> . Uji coba dilakukan kepada 15 orang siswa.	Wawancara	Angket	Kelayakan media video diukur berdasarkan skala liker 1. Sangat baik 90% - 100% 2. Baik 75% - 89% 3. Cukup 65% - 74% 4. Kurang 55% - 64% 5. Sangat kurang 0% - 54%	Rasio

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian riset dan pengembangan (*Research and Development / R&D*). Metode penelitian ini merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMP N 31 Padang. Pelaksanaan penelitian dimulai dari pembuatan proposal penelitian sampai seminar hasil penelitian yang dilaksanakan mulai februari 2023 – Juni 2024.

C. Objek Penelitian

Objek yang diteliti dalam penelitian ini adalah media video yang akan digunakan dalam perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik pada siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

D. Prosedur Pengembangan

Prosedur penelitian ini merupakan langkah-langkah yang ditempuh untuk mengembangkan suatu produk. Pengembangan media video mengacu pada pengembangan model Borg dan Gall dan Ariesto Hadi Sutopo, dengan tahap-tahap sebagai berikut :

1. Tahap Pembuatan Konsep (*Concept*)

a. Analisis Awal

Pada tahap ini dilakukan analisis terhadap penyebab terjadinya gizi lebih pada siswa SMP N 31 Padang. Analisis dilakukan dengan cara observasi dan

wawancara. Berdasarkan hasil observasi, masalah yang ada di SMP N 31 Padang yaitu diketahui bahwa mereka memiliki kebiasaan ngemil jajanan, dan kurang aktivitas fisik. Hal ini dilihat dari kegiatan siswa pada jam olahraga yang tidak mengikuti kegiatan olahraga dengan maksimal justru hanya duduk menonton kegiatan saja dan bermain *handphone* di waktu luang.

b. Analisis Akhir

Analisis akhir dilakukan setelah mengetahui permasalahan yang diperoleh dari analisa awal, yaitu pembuatan media pembelajaran video untuk mengubah perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

c. Pengumpulan Materi

Pengumpulan materi dilakukan setelah menganalisis semua yang dibutuhkan. Pengumpulan materi meliputi studi pustaka.

2. Tahap Pembuatan Produk

a. *Design*, setelah pembuatan konsep, dimulai pembuatan produk video pembelajaran yang diawali dengan merancang tampilan media yang akan dibuat.

b. *Assembly*, pada tahap ini merupakan tahap pembuatan media video *motion graphics*

3. Tahap Uji Coba (*Testing*)

a. Validasi oleh ahli dilanjutkan revisi.

Validasi oleh ahli bertujuan untuk memperoleh perbaikan/ koreksi. Video tutorial yang dihasilkan dari pembuatan tahap awal kemudian divalidasi oleh ahli. Terdapat dua kemungkinan hasil validasi terhadap video tutorial yakni : valid dan tidak valid.

a). Jika video tutorial dikategorikan valid, maka terdapat dua kemungkinan, yaitu masih memerlukan revisi atau tidak pada video tersebut. Jika tidak memerlukan sebuah revisi, maka produk video tutorial siap untuk diujicobakan. Sedangkan jika masih memerlukan revisi, maka dilakukan revisi berdasarkan masukan atau saran dari para ahli, sehingga dihasilkan video tutorial yang telah direvisi.

b). Jika video tutorial tidak valid, maka dilakukan revisi besar dan selanjutnya di validasi ulang. Demikian seterusnya sampai video siap untuk diujicobakan. Prosedur pengembangan tersebut kemudian dijelaskan ke dalam prosedur atau langkah-langkah teknis sebagai berikut :

Validasi dan Uji Coba Produk

1. Validasi Media

Validasi dilakukan dengan menunjuk dua orang ahli media sebagai validator yaitu dalam penelitian ini adalah yang ahli menggunakan komputer dan yang ahli dibidang media. Komponen yang dievaluasi oleh ahli media adalah komponen kualitas media, bahasa, dan *layout* media.

2. Penilaian Materi

Setelah produk diuji validitas dari segi medianya kemudian dibutuhkan penilaian dari dua orang ahli materi terhadap kualitas materi, kemanfaatan materi pada media video *motion graphics*.

3. Uji Coba Produk

Uji coba produk dilaksanakan untuk mengetahui penilaian dari peserta didik. Uji coba produk dalam penelitian ini adalah uji coba kelompok kecil. Uji coba kelompok kecil dilakukan terhadap 15 orang siswa gizi lebih kelas VIII di

SMP N 31 Padang. Sampel sebanyak 15 orang ini diambil karena uji coba kelompok kecil dilakukan terhadap kelompok yang terdiri dari 10-15 responden yang tujuannya untuk melihat kepraktisan media.⁴⁰

Kriteria Validator

Tabel 5 Kriteria Validator

No.	Bidang keahlian	Kriteria
1.	Ahli media	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki keterampilan dibidang media pembelajaran 2. Menguasai materi mengenai media dan sumber pembelajaran 3. Tingkat akademik minimal S-2 4. Memiliki pengalaman mengajar minimal 5 tahun
2.	Ahli materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki kemampuan dan pengetahuan di bidang pembelajaran 2. Menguasai materi terkait gizi lebih 3. Tingkat akademik minimal S-2 4. Memiliki pengalaman mengajar minimal 5 tahun

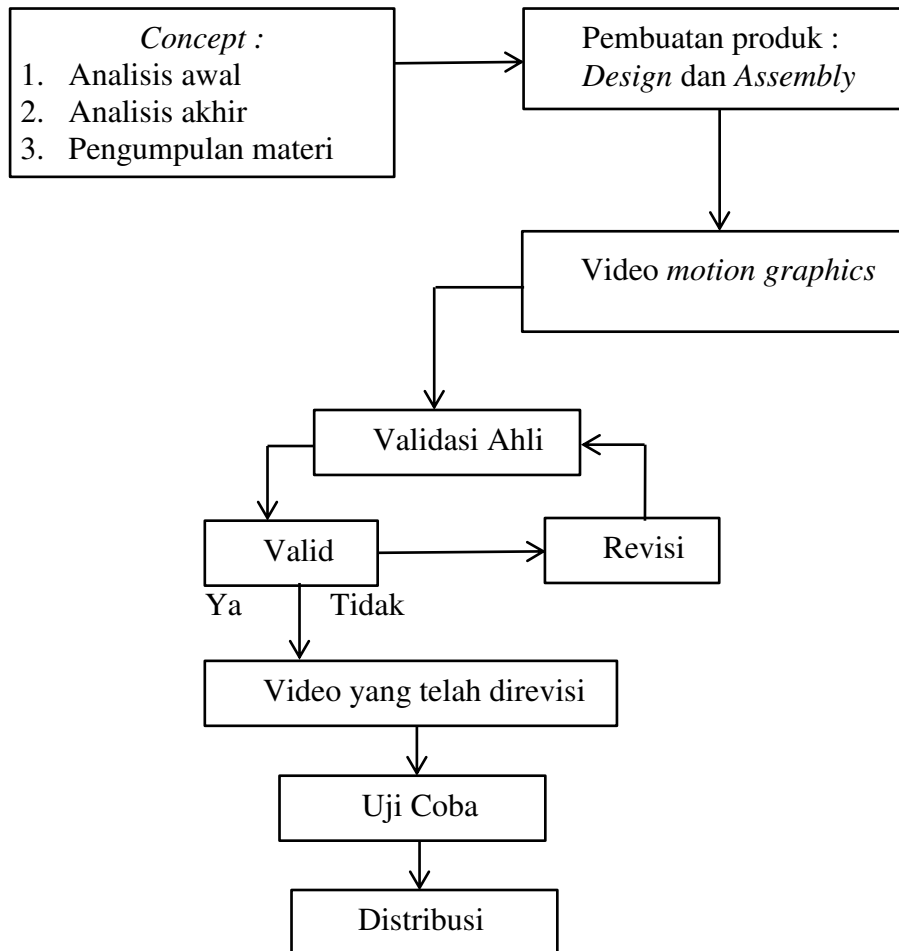
Sumber : Sofnidar & Yuliana (2018) dan *Modifikasi peneliti.*

4. *Distribution*

Setelah uji coba, yang dilakukan dalam tahap distribusi ini adalah pembuatan *master file* serta dokumentasi *system* dalam bentuk link *google drive* dan link *youtube*.

Prosedur pengembangan tersebut kemudian dijelaskan ke dalam prosedur atau langkah-langkah teknis sebagai berikut:

Gambar 2 Prosedur Pengembangan Media Video *motion graphics*



E. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner/angket dan wawancara. Wawancara dalam penelitian ini bertujuan untuk menemukan permasalahan dan data yang diperoleh digunakan sebagai data awal analisis kebutuhan produk. Angket digunakan untuk mengetahui pendapat atau uji kelayakan video kepada ahli media, dan ahli materi dan siswa gizi lebih sebagai subjek uji coba.

F. Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan untuk mengolah data hasil pengembangan produk adalah analisis deskriptif. Data yang telah dikumpulkan dikelompokkan menjadi dua yaitu, data yang bersifat kuantitatif dan data yang bersifat kualitatif.

1. Data Kualitatif

Digunakan untuk mengolah data berupa tanggapan, kritik dan saran dari ahli media, ahli materi dan siswa sebagai subjek uji coba. Data tersebut kemudian disusun dalam bentuk kalimat, sehingga diperoleh kesimpulan umum. Hasil analisis ini digunakan untuk merevisi produk media video.

2. Data Kuantitatif

Digunakan dalam mengolah data yang diperoleh melalui angket dalam bentuk deskriptif persentase. Rumus yang digunakan untuk menghitung persentase dari masing-masing subjek yaitu :

$$\text{Persentase} : \frac{\text{Skor yang di observasi}}{\text{Skor yang diharapkan}} \times 100\%$$

Untuk dapat memberikan makna dan keputusan pada angket uji media, angket uji isi/materi, dan angket uji coba kelompok kecil (*small group*), digunakan ketetapan sebagai berikut :

Tabel 6 Konversi Tingkat Pencapaian dengan Skala Liker

Tingkat pencapaian	Kualifikasi	Keterangan
90% - 100%	Sangat baik	Tidak perlu direvisi
75% - 89%	Baik	Tidak perlu direvisi
65% - 74%	Cukup	Direvisi
55% - 64%	Kurang	Direvisi
0% - 54%	Sangat kurang	Direvisi

Sumber : Arikunto (2010)

G. Instrumen

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar evaluasi berupa angket. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ditujukan untuk menilai kelayakan media pembelajaran *video motion graphics*. Langkah-langkah yang dapat ditempuh dalam pembuatan angket :

1. Melakukan identifikasi pada variable yang ada dalam rumusan judul penelitian atau yang tertera dalam problematika penelitian.
2. Menjabarkan variabel menjadi sub atau bagian variabel
3. Mencari indikator dari setiap sub variabel
4. Menderetkan diskriptor dari setiap indikator
5. Membuat kisi-kisi angket penilaian
6. Melengkapi instrumen dengan pedoman atau intruksi dan kata pengantar.

Untuk menghasilkan video pembelajaran yang baik dan layak untuk dikembangkan, pengembangannya memerlukan rambu-rambu untuk setiap pengujian kelayakan, yaitu :

1. Kelayakan materi
 - a. Kualitas materi.
 - b. Kemanfaatan materi.
2. Kelayakan media
 - a. Kualitas media yang dikembangkan harus jelas dan aplikatif.
 - b. Penggunaan bahasa
 - c. *Layout* media harus jelas dan rapi
 - d. Pengorganisasian harus mudah digunakan

3. Kelayakan pengujian lapangan atau pengguna
 - a. Tampilan harus jelas dan menarik.
 - b. Kemudahan pengoperasian video
 - c. Isi dari video mudah untuk disimak dan diikuti

Selanjutnya, ketentuan untuk setiap pengujian kelayakan tersebut akan diuraikan sebagai berikut :

1. Instrumen Uji Kelayakan Ahli Materi

Instrumen yang digunakan untuk ahli materi mengacu pada aspek kualitas materi dan kemanfaatan materi. Kisi-kisi instrumen ahli materi disajikan dalam Tabel 7.

Tabel 7 Kisi-Kisi Instrumen Ahli Materi

No.	Aspek	Indikator
1.	Kualitas materi	Ketepatan isi dengan kompetensi yang ingin dicapai Kelengkapan materi Keruntutan materi
2.	Kemanfaatan materi	Kemanfaatan materi Kualitas memotivasi

2. Instrumen Uji Kelayakan Ahli Media

Instrumen yang digunakan untuk ahli media menitik beratkan pada kualitas media, penggunaan bahasa, layout media. Kisi-kisi instrumen ahli media disajikan dalam Tabel 8.

Tabel 8 Kisi-Kisi Instrumen Ahli Media

No.	Aspek	Indikator
1.	Kualitas media	Kualitas video yang ditampilkan Kemudahan penggunaan Kejelasan visual video Kejelasan suara Kejelasan teks/keterbacaan
2.	Penggunaan bahasa	Kualitas penggunaan bahasa Kesesuaian penempatan kalimat
3.	Layout media	Penyajian video Tata letak

3. Instrumen Uji Coba Lapangan

Merupakan instrumen yang digunakan untuk menguji pada lingkup terbatas dan uji lapangan untuk siswa mengacu pada tampilan, pengoperasian, dan kemanfaatan. Untuk lebih jelas kisi-kisi dari instrumen ini dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9 Kisi-Kisi Instrumen uji coba

No.	Aspek	Indikator
1.	Tampilan	Kemenarikan tampilan Kejelasan video, gambar, teks, dan suara
2.	Pengoperasian	Kemudahan memilih tutorial yang akan diikuti Kemudahan pengoperasian
3.	kemanfaatan	Mempermudah pembelajaran mandiri siswa Kejelasan kompetensi yang akan dicapai Meningkatkan perhatian siswa

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengembangan Media Video *Motion Graphics*

Pengembangan media berupa video *motion graphics* dilakukan dengan beberapa tahap sebagai berikut:

1. Deskripsi pembuatan konsep (*Concept*)

Pengembangan media video *motion graphics* untuk perubahan perilaku makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih didasarkan melalui analisis awal dan analisis akhir. Pengumpulan informasi dilakukan dengan menganalisa permasalahan dan materi melalui survei lapangan, kemudian dilanjutkan dengan menyusun skenario video. Survei lapangan dilakukan melalui observasi terbatas di SMP N 31 Padang. Data yang diperoleh yaitu :

a. Analisis awal

Pada tahap ini dilakukan analisis terhadap penyebab terjadinya gizi lebih pada siswa SMP N 31 Padang. Analisis dilakukan dengan cara observasi dan wawancara kepada 10 orang siswa di SMP N 31 Padang. Berdasarkan hasil observasi, diketahui bahwa :

Tabel 10 Observasi siswa gizi lebih

No	Kebiasaan	Persentase
1.	Suka ngemil jajanan	100%
2.	Suka gorengan	80%
3.	Suka <i>fast food</i>	90%
4.	Suka minuman boba	100%
5.	Aktivitas fisik ringan	100%

b. Analisis Akhir

Dari analisis awal diketahui bahwa sebagian besar penyebab terjadinya gizi lebih yaitu karna konsumsi makan yang kurang baik dan kurangnya aktivitas fisik. Pada tahap ini dilakukan pengembangan yaitu pembuatan media pembelajaran video untuk mengubah perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

c. Pengumpulan materi

Pengumpulan materi dilakukan setelah menganalisis semua yang dibutuhkan. Pengumpulan materi meliputi studi pustaka dengan merancang skenario video. Materi terkait gizi lebih yang akan di bahas yaitu :

- 1) Status Gizi Remaja
- 2) Pengertian Gizi Lebih
- 3) Penyebab Terjadinya Gizi Lebih
- 4) Dampak Gizi Lebih
- 5) Pencegahan Gizi Lebih

2. Deskripsi pembuatan video *Motion Graphics*

Design

Tahap ini merupakan perencanaan dan pembuatan media video *motion graphics*. Berdasarkan data yang telah diperoleh dari tahap analisis maka selanjutnya dilakukan proses kegiatan desain video *motion graphics*, dengan materi pembelajaran antara lain :

- a. Status Gizi Remaja
- b. Pengertian Gizi Lebih

- c. Penyebab Terjadinya Gizi Lebih
- d. Dampak Gizi Lebih
- e. Pencegahan Gizi Lebih

Materi tersebut disusun dalam bentuk naskah video. Naskah pada pengembangan media video *motion graphics* ini sama dengan naskah video pada umumnya yang terdiri dari keterangan *scene* atau adegan, keterangan narasi dan materi, tampilan dari desain video dan percakapan dilengkapi dengan ekspresi tokoh dalam cerita.

Assembly

Dalam tahap ini dimulai dari mempersiapkan bahan-bahan yang akan digunakan untuk membuat video *motion graphics* diantaranya yaitu :

- a. PC/Komputer dan *smartphone*
 - b. Koneksi untuk menyambungkan ke internet
 - c. *Headset*
 - d. Aplikasi zepeto, canva dan capcut dan aplikasi *online convertio*
- 1) Zepeto

Zepeto adalah sebuah aplikasi yang kreatif dan menyenangkan untuk meningkatkan seluruh imajinasi dan menciptakan karakter 3D yang diinginkan. Peneliti menciptakan 5 karakter yang berbeda di aplikasi zepeto ini. Dengan cara *login* ke aplikasi zepeto menggunakan alamat email, setelah masuk pilih *gender* dari karakter animasi, kemudian muncul karakter dengan tampilan standar. Selanjutnya kita bisa mengubah bentuk wajah, bibir, rambut, mata, alis, hidung, *make up* dan bentuk badan sesuai dengan keinginan. Selanjutnya kita bisa

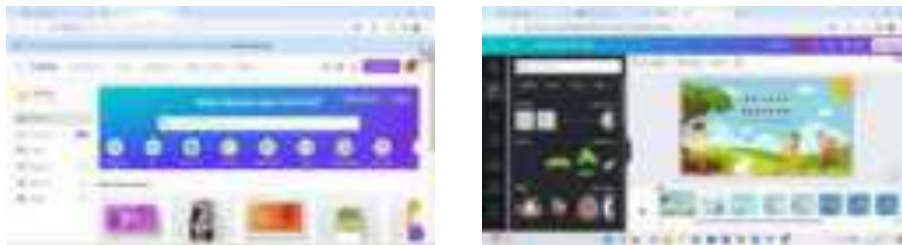
memilih pakaian yang ingin dipakai oleh karakter 3D tersebut. Adapun beberapa tampilan aplikasi zepeto dapat dilihat pada gambar 1 berikut :



Sumber : Aplikasi Zepeto
Gambar 3 Tampilan Aplikasi Zepeto

2) Canva

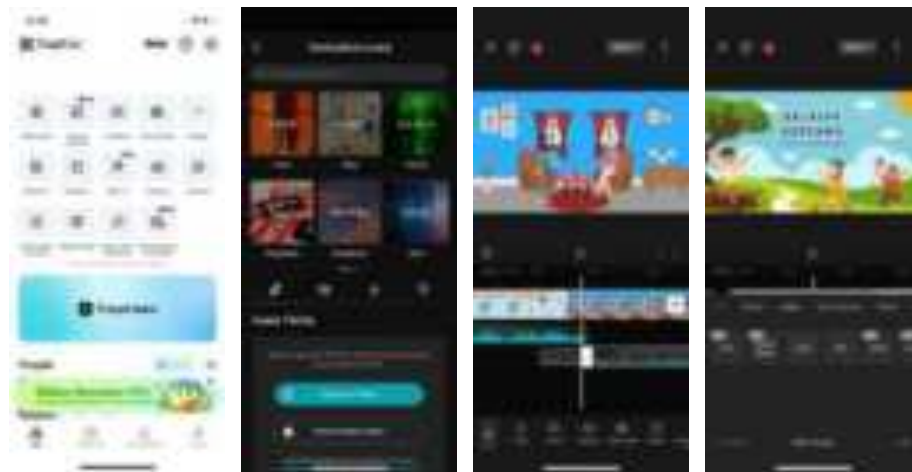
Canva adalah aplikasi desain grafis yang digunakan untuk membuat grafis media sosial, presentasi, poster, dokumen dan konten visual lainnya. Peneliti menggunakan aplikasi canva pro (premium tanpa *watermark*). Adapun beberapa tampilan pembuatan video dengan menggunakan aplikasi canva dapat dilihat pada gambar 2 berikut :



Sumber : Aplikasi Canva
Gambar 4 Tampilan Aplikasi Canva

3) Capcut

Capcut merupakan salah satu aplikasi edit video yang sangat praktis digunakan. Aplikasi ini memiliki fitur *editing* yang lengkap mulai dari transisi, filter, efek, template teks, template video, dan terdapat juga kumpulan *preset* atau *coloring*. Aplikasi ini digunakan untuk merekam suara dan memberi efek suara pada hasil rekaman. Aplikasi ini menghasilkan rekaman yang jernih dan dapat menghilangkan *noise* atau kebisingan. Peneliti juga menambahkan backsound video di aplikasi capcut ini. Adapun beberapa tampilan dari aplikasi capcut ini dapat dilihat pada Gambar 3 berikut :

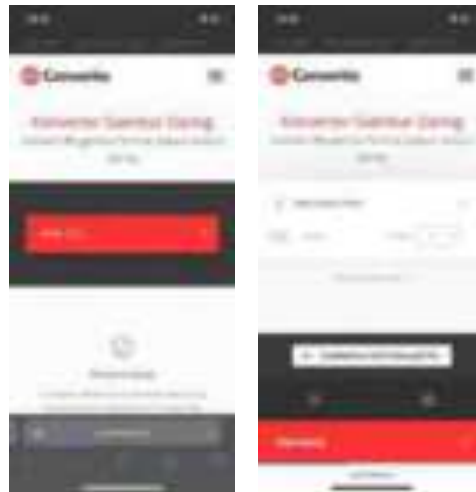


Sumber : Aplikasi Capcut
Gambar 5 Tampilan Aplikasi Capcut

4) Online Convertio

Peneliti menggunakan aplikasi *online convertio* ini untuk mengkonversi file dengan format HEVC ke MP3. Pengkonversi ini dilakukan karena *sound* yang dibuat pada aplikasi capcut itu menghasilkan format HEVC sehingga tidak bisa ditambahkan ke aplikasi canva, oleh karena itu peneliti mengubah format HEVC

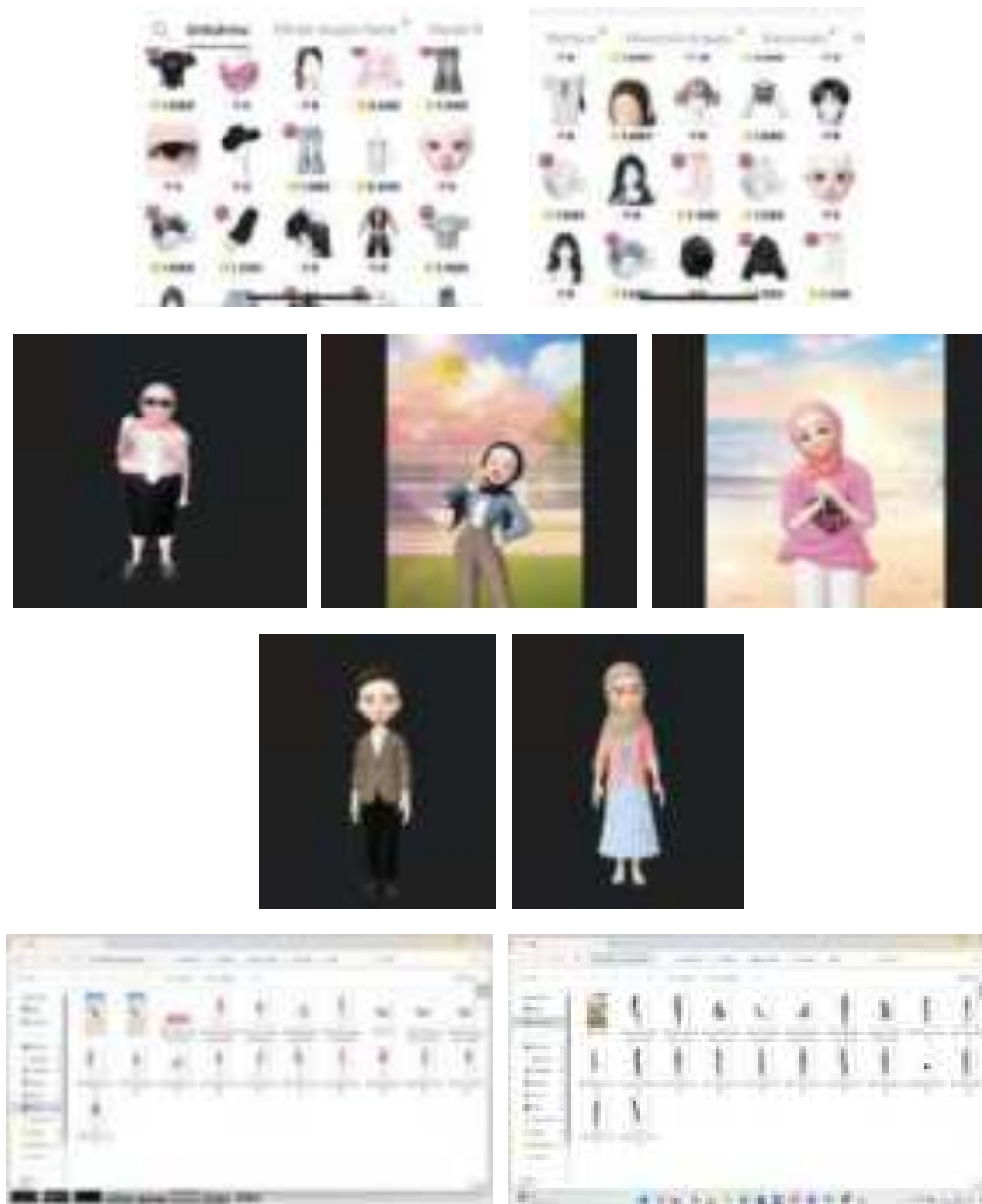
menjadi format MP3 menggunakan aplikasi *online convertio*. Adapun beberapa tampilan aplikasi *online convertio* dapat dilihat pada Gambar 4 berikut :



Sumber : Aplikasi Online Convertio
Gambar 6 Tampilan Aplikasi Online Convertio

Setelah semua bahan sudah siap maka tahap selanjutnya adalah memproduksi media video *motion graphics* dengan berpedoman pada naskah media video yang sudah jadi, berikut tahapan-tahapan dalam pengembangan media video *motion graphics* :

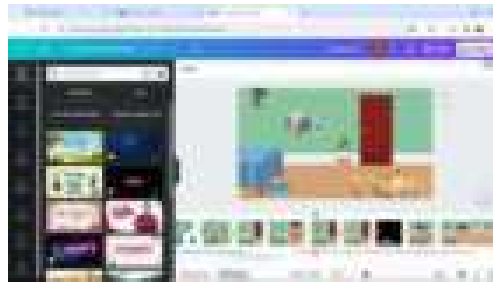
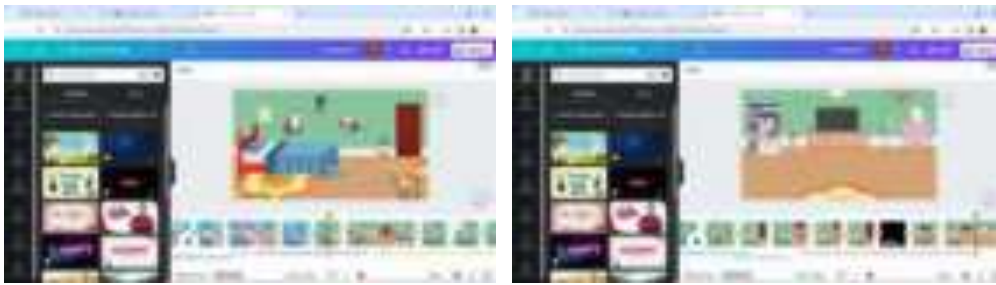
- a. Pembuatan dimulai dengan membuat karakter sesuai dengan tokoh pada cerita, peneliti membuat 5 karakter yang berperan sebagai pembuka cerita, Rara, Owy, Ayah dan Ibu. Pembuatan karakter ini menggunakan aplikasi zepeto. Selanjutnya peneliti membuat gaya gerakan masing-masing karakter sesuai dengan ekspresi pada naskah video. Tampilan pembuatan karakter/tokoh dapat dilihat pada Gambar 5 berikut :



Sumber : Aplikasi Zepeto
Gambar 7 Tampilan Karakter/Tokoh

- b. *Setting scene* disesuaikan dengan ide cerita untuk menunjang tercapainya cerita. Peneliti memilih dan mengatur *scene* atau tempat suatu adegan yaitu *scene* ruang tengah, kamar rara, ruang makan, dan kamar owy. *Scene* atau tempat suatu adegan dibuat menggunakan aplikasi canva. Tampilan *setting scene* dapat dilihat pada Gambar 6 berikut :





Sumber : *Aplikasi Canva*
Gambar 8 Tampilan *Setting Scene*

- c. Setelah karakter/tokoh dan *setting scene* selesai dibuat, langkah selanjutnya adalah membuat percakapan antar tokoh beserta memasukkan tokoh dengan ekspresi dan *setting scene* yang sesuai dengan naskah video yang telah dibuat. Selanjutnya mengedit setiap kata yang muncul dengan memberikan animasi sehingga terlihat jelas setiap kalimat baru yang ditampilkan. Pembuatan ini dilakukan menggunakan aplikasi canva. Adapun beberapa tampilan pembuatannya dapat dilihat pada Gambar 7 berikut :





Sumber : *Aplikasi Canva*

Gambar 9 Tampilan Pembuatan Percakapan dan *Setting* Ekspresi Tokoh

- d. Tahap selanjutnya peneliti membuat tampilan awal dan penutup video. Pembuatan tampilan awal dan penutup video menggunakan aplikasi canva, dengan menambahkan tulisan dan karakter yang sudah dibuat dengan *background* yang baru. Semua bagian sudah tersusun di aplikasi canva sesuai dengan urutan yang sudah peneliti tetapkan. Adapun tampilan awal dan penutup video dapat dilihat pada Gambar 8 berikut :





Sumber : *Aplikasi Canva*
Gambar 10 Tampilan Awal dan Akhir Video

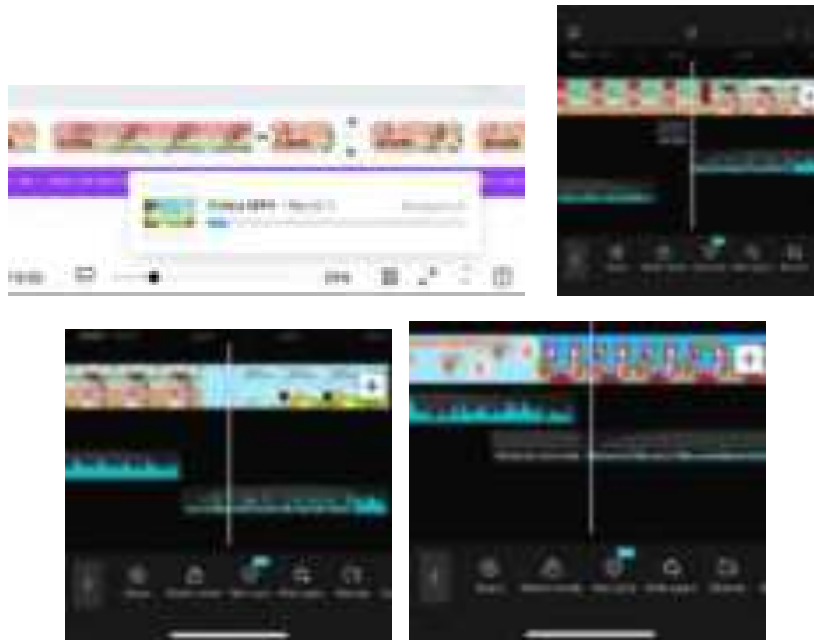
- e. Tahap selanjutnya adalah melakukan rekaman suara untuk tiap karakter, kemudian diberi efek suara sesuai dengan suara kartun di aplikasi capcut. Aplikasi capcut memudahkan dalam pengeditan suara karena aplikasi ini menghasilkan hasil rekaman yang jernih dan dapat menghilangkan *noise* atau kebisingan. Suara yang digunakan dalam video ini terdiri dari 4 jenis suara yaitu suara ovy, suara rara, suara ibu dan suara pembuka cerita. Setelah semua suara terkumpul peneliti mengkonversi suara dengan format HEVC menjadi format MP3 pada aplikasi *online convertio*. File yang sudah selesai akan di upload ke aplikasi canva dan disesuaikan dengan dialog yang dilakukan. Tampilan pengisian suara dapat dilihat pada Gambar 9 berikut :





Sumber : *Aplikasi Capcut, Aplikasi Online Convertio, dan Aplikasi Canva*
Gambar 11 Tampilan Pengisian Suara

- f. Periksa kembali semua potongan-potongan *scane* yang ada di aplikasi canva, apabila semuanya sudah sesuai video dapat diunduh. Kemudian masukkan video yang sudah diunduh ke dalam aplikasi capcut untuk memasukkan *backsound*. *Backsound* yang digunakan ada 6 dengan judul yang berbeda. Adapun tampilan *save* video dan penambahan *backsound* dapat dilihat pada Gambar 10 berikut :



Sumber : *Aplikasi Canva dan Aplikasi Capcut*
Gambar 12 Tampilan Penambahan Backsound Video

- g. Setelah *background* dimasukkan dan disesuaikan pada aplikasi capcut, video *motion graphics* dapat diunduh kedalam galeri.



Sumber : *Aplikasi Capcut*

Gambar 13 Tampilan Save Video *Motion Graphics*

B. Kelayakan Media

Kelayakan media merupakan tahap yang digunakan untuk melihat valid atau tidaknya media video yang telah dikembangkan. Pada tahap ini, peneliti melakukan validasi dan revisi oleh 2 ahli media dan 2 ahli materi. Validasi oleh para ahli yang telah ditetapkan bertujuan untuk mengetahui kelebihan atau kekurangan media video serta validasi juga dilakukan untuk merevisi kekurangan pada media video yang dikembangkan sesuai dengan saran ahli.

Pada tahap revisi ini, komentar dan saran dari ahli media dan ahli materi akan ditindaklanjuti guna menyempurnakan media video *motion graphics* yang dikembangkan agar menjadi lebih baik. Berikut ini adalah hasil validasi dan saran dari para validator.

a. Validasi dan Revisi Ahli Media 1

Validasi oleh ahli media 1 meliputi 3 aspek yaitu aspek kualitas media, aspek penggunaan bahasa, aspek *layout* media. Data hasil akhir dari validasi ahli media 1 dapat dilihat pada Tabel 12.

Tabel 11 Skor Penilaian Ahli Media 1










Aspek	Skor								Σ Skor	Σ Butir	Bbt Max	%
	f	bbt	f	bbt	f	bbt	f	bbt				
Kualitas media	0	1	1	2	6	3	6	43	44	13	52	84,61
Penggunaan bahasa	0	1	3	2	2	3	2	4	20	7	28	71,42
<i>Layout</i> media	0	1	1	2	3	3	3	4	23	7	28	82,14
Jumlah									87	27	108	80,55

Hasil penilaian ahli media 1 ini ditinjau dari aspek : (1) kualitas media memperoleh skor 44 (84,61%), (2) penggunaan bahasa memperoleh skor 20 (71,42%), (3) *Layout media* memperoleh skor 23 (82,14%). Secara keseluruhan tingkat validasi media video *motion graphics* memperoleh skor 87 (80,55%) dengan kategori baik.

Peneliti melakukan validasi dengan validator 1, setelah memeriksa media video yang dikembangkan, validator 1 memberikan komentar dan saran. Adapun komentar dan saran tersebut antara lain : 1) Kata “kamu” diganti menggunakan nama, 2) M2 pada bagian mencari IMT diganti penulisannya menjadi m^2 , 3) Suara Owy terlalu kecil sesuaikan dengan volume suara Rara, 4) Sebaiknya pada penyampaian penyakit dijelaskan sedikit agar sasaran mengetahui dan memahami nama medis penyakit yang disampaikan, 5) Warna objek yang dimunculkan harus diperhatikan, jangan sampai tidak jelas karena menyatu dengan warna *backgorund*, 6) Pada saat muncul tulisan diberi animasi yang jelas agar sasaran

mengetahui adanya kalimat baru. Beberapa tampilan media video *motion graphics* sebelum dan sesudah direvisi dapat dilihat pada Tabel 13.

Tabel 12 Komentar dan Saran Validator 1 Terhadap Media Video *Motion Graphics*

Komponen Awal	Saran	Hasil Perbaikan
	Kata “kamu” diganti menggunakan nama	
	M2 pada bagian mencari IMT diganti penulisannya menjadi m^2	
	Suara Owy terlalu kecil sesuaikan dengan volume suara Rara	
	Sebaiknya pada penyampian penyakit dijelaskan sedikit agar sasaran mengetahui dan memahami nama medis penyakit yang disampaikan	
	Warna objek yang dimunculkan harus diperhatikan, jangan sampai tidak jelas karena menyatu dengan warna <i>backgorund</i>	
	Pada saat muncul tulisan diberi animasi yang jelas agar sasaran mengetahui adanya kalimat baru	

b. Validasi dan Revisi Ahli Media 2

Validasi oleh ahli media 2 meliputi 3 aspek yaitu aspek kualitas media, aspek penggunaan bahasa, aspek *layout* media. Data hasil akhir dari validasi ahli media 2 dapat dilihat pada Tabel 14.


Tabel 13 Skor Penilaian Ahli Media 2

Aspek	Skor								Σ Skor	Σ Butir	Bbt Max	%
	f	bbt	f	bbt	f	bbt	f	bbt				
Kualitas media	0	1	0	2	1	3	12	4	51	13	52	98,07
Penggunaan bahasa	0	1	0	2	1	3	6	4	27	7	28	96,42
<i>Layout</i> media	0	1	0	2	1	3	6	4	27	7	28	96,42
Jumlah									105	27	108	97,22

Hasil penilaian ahli media 2 ini ditinjau dari aspek : (1) kualitas media memperoleh skor 51 (98,07%), (2) penggunaan bahasa memperoleh skor 27 (96,42%), (3) *Layout* media memperoleh skor 27 (96,42%). Secara keseluruhan tingkat validasi media video *motion graphics* memperoleh skor 105 (97,22%) dengan kategori sangat baik.

Peneliti melakukan validasi dengan validator 2, Setelah memeriksa media video yang dikembangkan, validator 2 memberikan komentar dan saran. Adapun komentar dan saran tersebut antara lain : 1) Perhatikan penggunaan huruf kapital, seperti pada nama orang, 2) Beri keterangan pada IMT, 3) Penggunaan ukuran huruf pada bagian IMT terlalu kecil. Beberapa tampilan media video *motion graphics* sebelum dan sesudah direvisi dapat dilihat pada Tabel 15.

Tabel 14 Komentar dan Saran Validator 2 Terhadap Media Video *Motion Graphics*

Komponen Awal	Saran	Hasil Perbaikan
	Perhatikan penggunaan huruf kapital	
	Beri keterangan pada IMT	
	Penggunaan ukuran huruf pada bagian IMT terlalu kecil	

Hasil penilaian dari kedua ahli media dapat dilihat pada Tabel 16.

Tabel 15 Hasil Penilaian dari Kedua Ahli Media Terhadap Media Video

Validator	Skor Empiris	Skor Maksimal	%	Kategori
Validator 1	105	108	80,55	Baik
Validator 2	87	108	97,22	Sangat Baik
Rata-Rata			88,88	Baik

Secara keseluruhan diperoleh nilai rata-rata dari kedua validator ahli media adalah 88,88% dengan kategori baik dengan keterangan tidak perlu revisi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa media video *motion graphics* sudah dapat digunakan tanpa revisi.

c. Validasi dan Revisi Ahli Materi 1

Validasi oleh ahli materi 1 meliputi 2 aspek yaitu aspek kualitas materi dan aspek kemanfaatan materi. Data hasil akhir dari validasi ahli materi 1 dapat dilihat pada Tabel 17.



Tabel 16 Skor Penilaian Ahli Materi 1

Aspek	Skor								Σ Skor	Σ Butir	Bbt Max	%
	f	bbt	f	bbt	f	bbt	f	bbt				
Kualitas materi	0	1	0	2	6	3	7	4	46	13	52	88,46
Kemanfaatan materi	0	1	0	2	0	3	4	4	16	4	16	100
Jumlah									62	17	68	91,17

Hasil penilaian ahli materi 1 ini ditinjau dari aspek : kualitas materi memperoleh skor 46 (88,46%), dan kemanfaatan materi memperoleh skor 16 (100%). Secara keseluruhan tingkat validasi materi video *motion graphics* memperoleh skor 62 (91,17%) dengan kategori sangat baik.

Peneliti melakukan validasi dengan validator 3, Setelah memeriksa media video yang dikembangkan, validator 3 memberikan komentar dan saran. Adapun komentar dan saran tersebut antara lain : 1) Perbaiki penyebab sesuai teori, 2) Dampak dilihat lagi sesuai teori, 3) Urutkan materi dengan baik, 4) Penulisan dan materi aktivitas fisik ditambahkan dan perbaiki kalimat. Beberapa tampilan media video *motion graphics* sebelum dan sesudah direvisi dapat dilihat pada Tabel 18.

Tabel 17 Komentar dan Saran Validator 3 Terhadap Media Video *Motion Graphics*

Komponen Awal	Saran	Hasil Perbaikan
	Perbaiki penyebab sesuai teori	



Dampak dilihat lagi
sesuai teori



Urutkan materi dengan
baik



Penulisan dan materi
aktivitas fisik
ditambahkan dan perbaiki
kalimat



d. Validasi dan Revisi Ahli Materi 2

Validasi oleh ahli materi 2 meliputi dua aspek yaitu aspek kualitas materi dan aspek kemanfaatan materi. Data hasil akhir dari validasi ahli materi 2 dapat dilihat pada Tabel 19.



Tabel 18 Skor Penilaian Ahli Materi 2

Aspek	Skor								Σ Skor	Σ Butir	Bbt Max	%
	f	bbt	f	bbt	f	bbt	f	bbt				
Kualitas materi	0	1	0	2	1	3	12	4	51	13	52	98,07
Kemanfaatan materi	0	1	0	2	1	3	3	4	15	4	16	93,75
Jumlah									66	17	68	97,05

Hasil penilaian ahli materi 2 ini ditinjau dari aspek : kualitas materi memperoleh skor 51 (98,07%), dan kemanfaatan materi memperoleh skor 15 (93,75%). Secara keseluruhan tingkat validasi materi video *motion graphics* memperoleh skor 66 (97,05%) dengan kategori sangat baik.

Peneliti melakukan validasi dengan validator 4, Setelah memeriksa media video yang dikembangkan, validator 4 memberikan komentar dan saran. Adapun komentar dan saran tersebut antara lain : 1) Pada bagian IMT tambahkan satuannya (kg), 2) Kata “aku” diganti dengan kita pada bagian isi piringku, 3) Pada bagian *fast food* tambahkan kurang serat. Beberapa tampilan media video *motion graphics* sebelum dan sesudah direvisi dapat dilihat pada Tabel 20.

Tabel 19 Komentar dan Saran Validator 4 Terhadap Media Video *Motion Graphics*

Komponen Awal	Saran	Hasil Perbaikan
	Pada bagian IMT tambahkan satuannya	



Hasil penilaian dari kedua ahli materi dapat dilihat pada Tabel 21.

Tabel 20 Hasil Penilaian dari Kedua Ahli Materi Terhadap Media Video

Validator	Skor Empiris	Skor Maksimal	%	Kategori
Validator 3	62	68	91,17	Sangat Baik
Validator 4	66	68	97%	Sangat Baik
Rata-Rata			94,11	Sangat Baik

Secara keseluruhan diperoleh nilai rata-rata dari kedua validator ahli materi adalah 94,11% dengan kategori sangat baik dengan keterangan tidak perlu revisi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa media video *motion graphics* sudah dapat digunakan tanpa revisi.

Adapun hasil validasi dari keseluruhan aspek yang diperoleh dari 4 validator dapat dilihat pada Tabel 22.

Tabel 21 Hasil Validasi media dan materi video Motion Graphics

Aspek yang dinilai	Persentase	Kategori
Media	88,88%	Baik
Materi	94,11%	Sangat baik
Rata-rata	91,49%	Sangat Baik

Tabel 22 tersebut adalah hasil validasi dari keseluruhan aspek media video yaitu media dan materi yang diperoleh dari 4 validator. Dapat dilihat nilai rata-rata dengan persentase 91,49% dengan kategori sangat baik.

C. Uji Coba Respon Media Terhadap Siswa Gizi Lebih

Respon hasil uji coba meliputi 3 aspek yaitu aspek tampilan, pengoperasian dan kemanfaatan. Data hasil uji coba terhadap siswa gizi lebih dapat dilihat pada Tabel 23.

Tabel 22 Respon Hasil Uji Coba Terhadap Siswa Gizi Lebih

Aspek	Skor								Σ Skor	Σ Btr	Bbt Max	%
	f	bbt	f	bbt	f	bbt	f	bbt				
Tampilan	0	1	7	2	58	3	53	4	400	8	480	83,33
Pengoperasian	0	1	1	2	23	3	21	4	155	3	180	86,11
kemanfaatan	0	1	1	2	26	3	33	4	212	4	240	88,33
Jumlah									767	15	900	85,22

Hasil uji coba ditinjau dari aspek : tampilan memperoleh skor 400 (83,33%), pengoperasian memperoleh skor 155 (86,11%), dan kemanfaatan memperoleh skor 212 (88,33%). Secara keseluruhan hasil uji coba media video *motion graphics* memperoleh skor 767 (85,22%) dengan kategori baik.

Peneliti melakukan uji coba kepada 15 orang siswa gizi lebih, Adapun komentar dan saran antara lain : penyajian video sangat baik, bagus, videonya sangat baik dan sangat memberikan saran kepada saya, penyajian dalam video dapat membuat saya termotivasi, penyajian video yang diberikan sangat menarik dan mudah untuk dimengerti, videonya mudah dimengerti, sangat baik, dan gambarnya menarik.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi masalah yang ada di SMP N 31 Padang yaitu diketahui bahwa mereka memiliki kebiasaan makan kurang baik dan kurangnya aktivitas fisik. Setelah diketahui permasalahan yang ada pada siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang, peneliti melakukan pengembangan media pembelajaran video untuk mengubah perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang.

Media video *motion graphics* mengenai gizi lebih ini dapat dikatakan layak dan bisa digunakan untuk edukasi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang. Hal ini sesuai dengan pernyataan puspita bahwa video animasi adalah media yang menggabungkan media audio dan media visual untuk menarik perhatian, menyajikan objek secara detail dan dapat membantu memahami suatu materi yang sifatnya sulit.⁴¹

Proses pengembangan media video *motion graphics* telah melalui beberapa tahap yaitu tahap pembuatan konsep, tahap pembuatan produk, tahap uji coba, dan *distribution*. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa proses media video dikatakan layak setelah melalui beberapa tahap pengembangan dan validasi para ahli.⁴²

Video *motion graphics* mengenai gizi lebih ini merupakan salah satu bentuk pengembangan media yang dilakukan berdasarkan latar belakang yaitu masih tingginya angka gizi lebih. Maka media yang dikembangkan dimaksudkan untuk memudahkan remaja dalam memahami tentang gizi lebih agar bisa

diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat membantu dalam pencegahan dan penanggulangan gizi lebih.

Media video yang telah dikembangkan selanjutnya divalidasi dan revisi oleh ahli media dan ahli materi. Dengan melakukan validasi, maka peneliti dapat melihat dimana letak kesalahan pada video *motion graphics* ataupun saran perbaikan oleh validator yang dapat digunakan untuk menghasilkan media pembelajaran yang lebih baik.

Aspek validitas dinilai melalui validasi yang dilakukan oleh ahli media dan ahli materi, dan aspek kepraktisan dinilai oleh angket respon siswa.⁴³ Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa validasi menggunakan lembar instrumen, validasi dilakukan oleh ahli materi dan ahli media.⁴⁴

Produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu media video *motion graphics* untuk perubahan perilaku makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang memperoleh nilai rata-rata 91,49%, dengan demikian media video yang dikembangkan sudah termasuk valid tanpa revisi. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwasanya produk penelitian dan pengembangan yang baik harus memenuhi kriteria kevalidan, kepraktisan dan keefektifan. Valid dapat diartikan bahwa produk yang dikembangkan sesuai dengan ketentuan yang seharusnya. Perangkat pada media pembelajaran dikatakan valid apabila sesuai dengan teoritiknya serta konsistensi internal pada setiap komponennya.⁴⁵

Berdasarkan data hasil uji coba media video *motion graphics* mengenai gizi lebih, media tersebut dikatakan layak untuk digunakan. Dari hasil uji coba persentase yang diperoleh yaitu 85,22% dengan kategori baik. Hasil tersebut sesuai dengan teori, 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.⁴⁶

Video *motion graphics* untuk edukasi gizi perubahan perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang berdurasi kurang lebih 9 menit. Penggunaan media video ini sangat mudah, video dapat diakses hingga di download melalui link *google drive* https://drive.google.com/file/d/1haiHRW8IUkoXFDMuPurcQzbeJq-T_4/view?usp=drivesdk dan *youtube* https://youtu.be/Urbk_dZ89yY?feature=shared dan dapat digunakan dengan perangkat *handphone* dan laptop. Edukasi yang dilakukan melalui media sosial seperti *youtube* merupakan cara preventif yang menarik bagi remaja, terutama dalam meningkatkan pengetahuan gizi.⁴⁷ Pernyataan tersebut juga didukung dalam penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa pengaruh *youtube* pada pembelajaran siswa mendapatkan hasil positif seperti peningkatan keterampilan, kompetensi, minat, dan keterlibatan kinerja.⁴⁸

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa:

1. Media yang dihasilkan adalah media video *motion graphics*. Pembuatan media video membutuhkan bantuan aplikasi zepeto, canva, capcut dan aplikasi *online convertio*. Video yang dikembangkan sudah melalui tahap validasi dengan empat orang validator.
2. Pada aspek media memperoleh persentase 88,88% dengan kategori baik. Aspek materi memperoleh persentase 94,11% dengan kategori sangat baik. Secara keseluruhan validasi media video *motion graphics* memperoleh nilai rata-rata 91,49% dengan kategori sangat baik sehingga media video *motion graphics* berkategori valid tanpa revisi.
3. Hasil uji coba media video *motion graphics* kepada kelompok kecil (*small group*) yang berjumlah 15 orang siswa gizi lebih di SMP N 31 Padang mendapatkan hasil dengan persentase 85,22% dengan kategori baik.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran yang berhubungan dengan pengembangan media video *motion graphics* sebagai berikut :

1. Kepada peneliti selanjutnya dalam proses pembuatan media video sebaiknya sudah memahami penggunaan dari aplikasi yang digunakan agar tidak

membutuhkan waktu yang cukup lama dalam proses pembuatan media video *motion graphics*.

2. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk bisa mengembangkan media video *motion graphics* dengan berbagai topik dan aplikasi terbaru yang dapat menghasilkan media video *motion graphics* yang lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hapsari GPP, Zulherman. Pengembangan Media Video Animasi Berbasis Aplikasi Canva untuk Meningkatkan Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa. *J Basicedu*. 2021;5(4):2384-2394.
2. Palupi KC, Anggraini A, Sa'pang M, Kuswari M. Pengaruh Edukasi Gizi "Empire" Terhadap Kualitas Diet dan Aktivitas Fisik Pada Wanita Dengan Gizi Lebih. *J Nutr Coll*. 2022;11(1):62-73.
3. World Health Organization .2020. Retrieved Januari 31, 2023, from WHO.
4. Damayanti ER, Sufyan DL. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Citra Tubuh Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Tambun Selatan. *Indones J Heal Dev*. 2022;4(1).
5. Khoerunisa D, Istianah I. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja. *J Pangan Kesehat Dan Gizi*. 1363;2021(1):51-61. <http://journal.binawan.ac.id/Jakagi51>
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Provinsi Sumatra Barat (Riskesdas). 2013:401.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018:575.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Provinsi Sumatra Barat (Riskesdas). 2018:397.
9. Hasniyati R, Ismanilda I. Konseling Gizi terhadap Perubahan Perilaku Makan, Indeks Massa Tubuh dan Lemak Tubuh pada Anak Overweight dan Obesitas. *J Keperawatan Silampari*. 2021;5(1):541-550. doi:10.31539/jks.v5i1.2951
10. Abraham, Triawanti, Yuliana I. Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Kalori Dengan Status Gizi Lebih Siswa SMA Di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Dalam. 2020;3(2):265-270.
11. Sembiring BA, Rosdewi NN, Yuningrum H. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta Cerdas Bangsa, Kecamatan Deli Tua, Kabupaten Deli Serdang, Medan. *J Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*. 2022;7(1):87. doi:10.35842/formil.v7i1.421
12. Ramadhanti FM, Sulistyowati E, Jaelani M. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video Motion Graphics Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Obesitas Remaja. *J Gizi*. 2021;11(1):2022.

13. Reno T, Siahaan AU, Alfian A. Implementasi Motion Grafis Video Animasi 2D Untuk Pengenalan Nirmana. *J Digit Educ Commun Arts*. 2018;1(2):113-122. doi:10.30871/deca.v1i2.859
14. Sumiharsono R, Hasanah H. *Media Pembelajaran*. 1st ed. (Ariyanto D, ed.). Pustaka Abadi; 2017.
15. Riyana C. *Media Pembelajaran*. 2nd ed. Direktorat jenderal pendidikan islam kementerian agama RI; 2012.
16. Susilana R, Riyana C. *Media Pembelajaran Hakikat, Pengembangan, Pemanfaatan, Dan Penilaian*. Cv Wacana Prima; 2009.
17. Tartila A. *Penggunaan Media Video Motion Graphic Dalam Pembelajaran Menulis Teks Persuasi Siswa Kelas VIII-2 SMP Negeri 17 Bekasi Tahun Pelajaran 2020/2021*. 2021.
18. Riyana C. *Pedoman Pengembangan Media Video*. P3AI UPI; 2007.
19. Daryanto. *Media Pembelajaran*. Gava Media; 2010.
20. Diananda A. Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *J Istighna*. 2019;1(1):116-133. doi:10.33853/istighna.v1i1.20
21. Utami FP. Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Video Terhadap Perubahan Perilaku Pola Makan Pada Siswa Gizi Lebih Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Tahun 2019. 2019.
22. Angka Kecukupan Gizi (AKG). Published online 2019.
23. Veria SVA, Rimawati E. Pola Konsumsi Fast Food Dan Serat Sebagai Faktor Gizi Lebih Pada Remaja. *Unnes J Public Heal*. 2016;5(3):275. doi:10.15294/ujph.v5i3.16792
24. Maslakhah NM, Galuh Nita Pramesari. Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Lebih Remaja Putri Usia 16-18. *Indones J Public Heal Nutr*. 2022;2(1):52-59. doi:10.15294/ijphn.v2i1.52200
25. Dr. Ni Nengah Arianti SME, Dr. Ni Komang Wiardani SMK, A.A Ngurah Kusumajaya SM, I Dewa Nyoman Supariasa M, Dr. dr. Lanang Sidiartha SA. *Buku Saku Antropometri Gizi Anak Paud8*.
26. Putra YW, Rizqi AS. Index Massa Tubuh (Imt) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri Smp Negeri 1 Sumberlawang. *Gaster*. 2018;16(1):105. doi:10.30787/gaster.v16i1.233
27. PMK NO 2 Standar Antropometri Anak. 2020.

28. Tasaeb YY molo. Gambaran Kecukupan Nilai Gizi Makanan Yang di Sajikan di Sekolah Dasar Kristen Citra Bangsa Kupang. 2019. <http://repository.poltekeskupang.ac.id/id/eprint/1136%0A>
29. Adriani M, Wijatmadi B. *Pengantar Gizi Masyarakat*. 1st ed. Kencana; 2012.
30. Agnes Amelia. Gambaran asupan zat gizi makro dan pengetahuan gizi pada siswa siswi smp yang gizi lebih di smpn 17 padang tahun 2020. 2020.
31. Mann J, Truswell S. *Buku Ajar Ilmu Gizi*. 4th ed. EGC; 2014.
32. Kinalih RA. *Hubungan Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Orang Dewasa Usia 18-45 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bukit Surungan Kota Padang Panjang Tahun 2021*. 2021.
33. Indonesia PG. *Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi*. (Hardinsyah, Supariasa DN, eds.). EGC; 2016.
34. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018.
35. Lastari P. *Hubungan Asupan Makan Malam, Sarapan Pagi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Lebih (Overweight) IMT/U Remaja Usia 13-15 Tahun Di SMP Katolik Ricci I.*; 2018.
36. Devi N. *Nutrition and Food Gizi Untuk Keluarga*. 1st ed. (Suhanda I, ed.). PT Kompas Media Nusantara; 2010.
37. Dwijayanti L, Nugroho AW, Santoso N. *Ilmu Gizi Menjadi Sangat Mudah*. EGC; 2015.
38. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Kegemukan Dan Obesitas Pada Anak Sekolah*. Kementrian Kesehatan RI; 2011.
39. Soegih R, K.Wiramihardja K. *Obesitas Permasalahan Dan Terapi Praktis*. sagung seto; 2009.
40. Pribadi RBA. Model Model Desain Sitem Pembelajaran. 2009:2016.
41. Puspita I. Efektivitas penggunaan media video animasi dalam proses pembelajaran pendidikan agama islam kelas viii-1 di smp negeri 9 tangerang selatan. *UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. 2017.
42. Adkhar BI. Pengembangan media video animasi pembelajaran berbasis powtoon pada kelas 2 mata pelajaran ilmu pengetahuan alam di sd labschool unnes. *Univ Negeri Semarang*. 2015.

43. Rachmawati I, Supriyono S, Pangestika RR. Pengembangan Media Buletin Matematika Berbasis Pendekatan Realistik Pada Siswa Sekolah Dasar. *Alifmatika J Pendidik dan Pembelajaran Mat.* 2021;3(1):32-44. doi:10.35316/alifmatika.2021.v3i1.32-44
44. Qamariah W, Daningsih E, Yokhebed. Kelayakan Animasi Stop Motion Pembuatan Cake Pepaya Submateri Peran Tumbuhan Di Bidang Ekonomi. *J Pendidik Inform dan Sains.* 2017;6(2):267-279.
45. Nusaibah N, Murdiyani NM. Pengembangan Perangkat Pembelajaran dengan Pendekatan Penekatan Pendidikan Matematika Realistik Indonesia pada Materi Lingkaran untuk Siswa Kelas VIII SMP. *MATHEdunesa.* 2014;3(1):475-482.
46. Rizma SA, Sudiyat R, Kesehatan P, Kemenkes P. Media Promosi Kesehatan Video Animasi Mengenai Health Promotion Media of Balanced Nutrition Animation Videos. 2021;2(1):8-15.
47. Rinarto DL, Ilmi IMB, Imrar IF. Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan Youtube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang. 2022:287–292.
48. Shoufan A. YouTube and Education. 2022.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Skenario Video

Skenario :

“Hallo sahabat sehat, kali ini kita akan belajar tentang gizi lebih bersama rara dan owy”

(owy sedang duduk di ruang tamu sambil bermenung, datanglah rara menghampiri)

Rara : “Owy lagi mikirin apa? Kakak lihat dari tadi melamun terus” *(sambil duduk di sebelah owy)*

owy : “aduhhh,, iyaa ni kak, owy lagi bingung”

Rara : “owy bingung kenapa ?”

Owy : “Sekarang berat badan owy naik lagi kak, gendutan deh kayaknyaa.”

Rara : “emangnyaa naik berapa kilo owy?”

Owy : “5 kg nihh kak, jadi 48 kg deh sekarang.”

Rara : “bentar, bentar....., sini kita cek! Umur dan tinggi owy berapa sekarang?”

Owy : “sekarang umur owy 14 tahun dengan tinggi badan 142 cm kak.”

Rara : “14 tahun berapa bulan?”

Owy : “14 tahun 2 bulan kak tanggal 3 kemaren”

Rara : “Nah kalau untuk remaja seusia owy dilihat berdasarkan IMT/U owy.”

Owy : “IMT itu apa kak? jelasin dong kak, owy juga mau tahu nihh.”

Rara : “IMT itu singkatan dari (Indeks Massa Tubuh) yaitu ukuran yang digunakan untuk mengetahui status gizi seseorang yang didapatkan dari perbandingan berat dan tinggi badan.”*(rara mengajarkan owy mencari IMT dan memperlihatkan tabel PMK No. 2 Tahun 2020 untuk melihat status gizi owy)*

“caranya : $IMT = \frac{BB}{TB (m)^2} = \frac{48}{1,42^2} = \frac{48}{2,0164} = 23,8 \text{ kg/m}^2$. Nah disini sudah diketahui IMT owy yaitu $23,8 \text{ kg/m}^2$. Langkah selanjutnya kita lihat status gizi berdasarkan IMT/U di buku PMK No. 2 tahun 2020 tentang standar antropometri. Untuk umur 14 tahun 2 bulan dengan hasil IMT $23,8 \text{ kg/m}^2$ dengan kategori Gizi lebih (*overweight*)”. Berarti owy termasuk gizi lebih owy...”

Owy : “gizi lebih itu apa kak?”

Rara : “gizi lebih itu penumpukan lemak berlebih yang menyebabkan kelebihan berat badan.”

Owy : “kenapa lemak itu bisa menumpuk di dalam tubuh? Penyebabnya apa kak?”

Rara : “yang pertama karna asupan makan. “jika asupan makan owy berlebih dari kebutuhan dapat menjadi faktor utama terjadinya gizi lebih. Asupan makan yang berlebih itu seperti makan yang berlebihan,

Yang kedua karna kurangnya aktivitas fisik. Contohnya seperti gaya hidup sekarang, yang hanya duduk-duduk, menonton tv dan bermain hp serta selalu mengkonsumsi makanan yang tidak seimbang seperti kurangnya konsumsi buah dan sayur, dan meningkatnya konsumsi gula dari minuman

dan makanan yang manis akan memudahkan terjadinya penumpukan lemak dalam tubuh.

Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya gizi lebih yaitu faktor genetik (keturunan), faktor lingkungan (gaya hidup) contohnya suka mengkonsumsi *fast food* maupun *junk food*. Makanan cepat saji tersebut memiliki kandungan lemak dan karbohidrat yang tinggi dan rendah serat sehingga dapat mempercepat kenaikan berat badan.” Contohnya seperti gorengan, burger, hot dog, nuggets, mie instan, dan minuman boba, dan yang terakhir faktor psikologi (stress dan emosi).”

Owy : *(owy dengan semangat memperhatikan rara berbicara)* “ooo.... begitu ya kak, iyaa sih belakangan ini owy lagi mager ngapa-ngapain. Cuma main hp doang di kamar sambil ngemil. Owy lagi suka ngemil yang manis, sama makan gorengan terus minumannya boba.

Rara : “Gorengan mengandung lemak tinggi dan minuman boba itu mengandung karbohidrat tinggi serta rendah serat itu owy.” *(tersenyum mengejek owy)*

Owy : “Apa gizi lebih itu berbahaya kak?”

Rara : “iyalahh berbahaya, dari usia remaja inilah kita harus menjaga berat badan kita agar selalu normal. Jangan sampai pada usia dewasa kita memiliki status gizi lebih karena banyak risiko penyakit yang akan terjadi pada tubuh kita seperti Diabetes melitus (yang dikenal dengan kencing manis atau penyakit gula) , hipertensi (atau tekanan darah tinggi), dislipidemia (atau kondisi dimana kadar kolesterol tidak normal), penyakit kardiovaskular (atau disebut dengan penyakit jantung), kanker, arthritis (yang sering disebut sakit sendi), vena varikos (yaitu keadaan dimana pembuluh darah membesar dan timbul, paling sering muncul di kaki dan telapak kaki), dan yang terakhir yaitu stok.”

Owy : “Wahhhh... dampaknya sangat berbahaya ya kak bagi tubuh kita.”

Rara : “iyaa owy, makanyaa kita harus selalu menjaga pola makan dan aktivitas fisik kita. Gizi lebih bisa dicegah kok owy!!”

Owy : “gimana caranya? Owy juga mau dong menjaga pola makan dan aktivitas fisik mulai dari sekarang.”

Rara : “Pencegahan gizi lebih dapat dilakukan dengan gaya hidup sehat seperti menjaga pola makan dan aktivitas fisik. Dengan Cara : Diet gizi seimbang, Dan kita harus menerapkan “isi piringku” dalam pola makan sehari-hari.”

Owy : “isi piringku? *(owy kebingungan)* isi piringku itu apa kak?”

Rara : “ isi piringku itu menggambarkan apa saja makanan yang harus kita konsumsi dalam 1 piring, didalam isi piringku terdapat makanan pokok dengan porsi 2/3 dari 1/2 piring, lalu dilengkapi dengan lauk pauk 1/3 dari 1/2 piring. 1/2 piring lagi diisi dengan sayur 2/3 dan buah-buahan 1/3.”*(menjelaskan dengan gambar)*

Owy : “sepertinya menarik untuk dilakukan, mulai besok deh owy cobaa.”

Rara : “ Selanjutnya Membatasi konsumsi gula, garam dan lemak yang berlebihan, Membatasi tidur yang berlebih, Berolahraga minimal 30 menit sehari. Seperti bermain sepeda, jogging, berenang, dan olahraga lainnya, Membatasi aktivitas seperti menonton tv, bermain komputer dan games.

Ibu : *(menghampiri rara dan owy)* “anak-anak ayokkk makan malam.”
Rara : “iyaa buu... yukk owy jangan tunggu besok, sekarang aja kalau tunggu besok bakal jadi wacana doang.”

(di meja makan sudah ada ayah, ibu, owy dan juga rara)

Rara : *(rara memporsikan makanan sesuai isi piringku dan memperlihatkan kepada owy)* “sini owy kakak contohkan, untuk nasi kita butuh $\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring kita, untuk lauk kita ambil $\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring, begitu juga untuk sayur $\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring lagi, dan sisanya $\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring untuk buah-buahan.”

Owy : “ooo jadi segini ya kak harusnya yang Owy konsumsi setiap hari?”

Rara : “iyaa owy.”

(setelah semuanya selesai makan owy pamit duluan untuk masuk ke kamar, sampai di kamar

Owy langsung rebahan)

Rara : *(masuk kamar dan melihat owy yang sudah rebahan)* “baru siap makan langsung tidur, itu gak boleh owy, sekarang bangunn!!!”

Owy : “emangnya kenapa kak?”

Rara : “ langsung tidur setelah makan itu dapat menghambat tubuh kita dalam mencerna makanan dan membakar kalori, jadi kalo habis makann itu jangan langsung tidur!”

Owy : “yaudahhh deh kak, iyaa ini bangunn.”

(2 sampai 3 jam kemudian)

Rara : “ karna sudah 3 jam setelah makan, baru boleh kita tidur, yukk owy waktunya istirahat”. *(sambil mematikan lampu kamar)*

” yukkk jaga berat badan normal, hindari gizi lebih dengan pola makan yang seimbang dan aktivitas fisik yang teratur”.

TERIMAKASIH

Lampiran 2 Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian Untuk Ahli Media

Nama Pembuat : Fitria Rahma Dhani

Sasaran Program : Siswa Gizi Lebih di SMP N 31 Padang

Nama Ahli Media :

Hari, Tanggal :

Petunjuk :

- Instrumen ini diisi oleh ahli media
- Instrumen ini bertujuan untuk mengevaluasi media video *Motion Graphics*
- Penilaian dilakukan dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan
- Komentar atau saran ditulis pada lembar yang telah disediakan.

Keterangan :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Baik
4. Sangat baik

Atas kesediaan Bapak/Ibu Ahli Media untuk mengisi lembar instrumen evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Kualitas Media					
I. Kualitas video yang ditampilkan					
1.	Kesesuaian gambar/video yang ditampikan dengan materi yang disampaikan.				
2.	Kesesuaian ukuran gambar/video yang digunakan dengan ukuran media.				
3.	Kejelasan gambar/video yang ditampilkan.				
4.	Kejelasan gambar/video dapat mendukung proses pembelajaran.				
II. Kemudahan penggunaan					
5.	Kemudahan pengoperasian/penggunaan media video				
6.	Kemudahan dalam memilih materi yang akan dipelajari				
III. Kejelasan suara					
7.	Kejelasan penggunaan efek suara/musik				
8.	Kejelasan suara/musik membuat video menarik				

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Kualitas Media					
IV. Kejelasan teks/keterbacaan					
9.	Pemilihan warna teks dan <i>background</i> kontras sehingga mudah terbaca.				
10.	Kesesuaian ukuran huruf dengan <i>background</i>				
11.	Kejelasan bentuk huruf				
12.	Ketepatan penggunaan huruf kapital				
13.	Penggunaan teks dapat terbaca dengan jelas				
Aspek Penggunaan Bahasa					
I. Kualitas penggunaan bahasa					
14.	Penggunaan bahasa mengacu pada pedoman EYD				
15.	Ketepatan penggunaan dan penulisan bahasa asing				
16.	Kejelasan kata dan istilah yang digunakan				
17.	Penyajian kalimat dengan bahasa yang lugas dan mudah dipahami				
II. Kesesuaian penempatan kalimat					
18.	Pengaturan jarak yang digunakan dalam tiap kalimat				
19.	Kesesuaian bentuk dan ukuran huruf yang digunakan				
20.	Kesesuaian penempatan kata/kalimat pada video				
Aspek Layout Media					
I. Penyajian Video					
21.	Kualitas tampilan tiap slide				
22.	Kualitas paduan warna <i>background</i> dengan teks				
23.	Kualitas animasi dalam pergantian slide				
24.	Kualitas suara/musik pada video				
II. Tata Letak					
25.	Keserasian tata letak tulisan pada video				
26.	Kejelasan tampilan judul dalam setiap pokok bahasan				
27.	Kesesuaian proporsi gambar dan tulisan pada video				

Kesimpulan :

Media Video *Motion Graphics* ini dinyatakan *)

- | | |
|--------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Layak di produksi tanpa revisi |
| <input type="checkbox"/> | Layak untuk diproduksi dengan revisi sesuai saran |
| <input type="checkbox"/> | Tidak layak untuk revisi |

*beri tanda \surd pada kotak yang telah disediakan

Instrumen Penelitian Untuk Ahli Materi

Nama Pembuat : Fitria Rahma Dhani

Sasaran Program : Siswa Gizi Lebih di SMP N 31 Padang

Nama Ahli Materi :

Hari, Tanggal :

Petunjuk :

- Instrumen ini diisi oleh ahli materi
- Instrumen ini bertujuan untuk mengevaluasi materi dan kemanfaatan materi
- Penilaian dilakukan dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan
- Komentar atau saran ditulis pada lembar yang telah disediakan.

Keterangan :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Baik
4. Sangat baik

Atas kesediaan Bapak/Ibu Ahli Materi untuk mengisi lembar instrumen evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Kualitas Materi					
I. Ketepatan isi dengan kompetensi yang ingin dicapai					
1.	Ketepatan isi materi gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
2.	Ketepatan isi materi penyebab gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
3.	Ketepatan isi materi dampak dari gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
4.	Ketepatan isi materi anjuran makan yang sesuai dengan kebutuhan, dengan kompetensi yang ingin dicapai				
5.	Ketepatan isi materi aktivitas fisik pada remaja dengan kompetensi yang ingin dicapai				

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
II. Kelengkapan materi					
6.	Kelengkapan isi materi gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
7.	Kelengkapan isi materi penyebab gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
8.	Kelengkapan isi materi dampak dari gizi lebih dengan kompetensi yang ingin dicapai				
9.	Kelengkapan isi materi anjuran makan yang sesuai dengan kebutuhan, dengan kompetensi yang ingin dicapai				
10.	Kelengkapan isi materi aktivitas fisik pada remaja dengan kompetensi yang ingin dicapai				
III. Keruntutan materi					
11.	Keruntutan materi yang disajikan dalam video urut dari yang mudah ke yang sulit				
12.	Penyajian materi dapat memberi bantuan untuk belajar				
13.	Penyajian materi dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi siswa				
Aspek Kemanfaatan Materi					
I. Kualitas memotivasi					
14.	Penyajian materi dapat menarik minat belajar bagi siswa				
15.	Penyajian materi membuat siswa menyimak dengan baik				
16.	Penyajian materi dapat menumbuhkan rasa ingin tahu				
17.	Penyajian materi dapat meningkatkan keaktifan siswa.				

Kesimpulan :

Media Video *Motion Graphics* ini dinyatakan *)

<input type="checkbox"/>	Layak di produksi tanpa revisi
<input type="checkbox"/>	Layak untuk diproduksi dengan revisi sesuai saran
<input type="checkbox"/>	Tidak layak untuk revisi

*beri tanda \surd pada kotak yang telah disediakan

Instrumen Uji Coba Siswa Gizi Lebih

Nama Pembuat : Fitria Rahma Dhani
Sasaran Program : Siswa Gizi Lebih di SMP N 31 Padang
Nama siswa :
Hari, Tanggal :

Petunjuk :

- Instrumen ini diisi oleh siswa
- Penilaian dilakukan dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan
- Komentar atau saran ditulis pada lembar yang telah disediakan.

Keterangan :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Baik
4. Sangat baik

Atas kesediaan siswa untuk mengisi lembar instrumen evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Tampilan					
1.	Penyajian video dengan materi yang menarik				
2.	Kejelasan pada video/gambar dapat terlihat				
3.	Penggunaan bahasa pada video mudah dimengerti.				
4.	Penggunaan bahasa pada video jelas.				
5.	Penggunaan bahasa asing pada video dapat dimengerti				
6.	Penggunaan jenis huruf dalam teks pada video ini tampak jelas				
7.	Keterbacaan bentuk huruf yang digunakan				
8.	Pemilihan warna huruf kontras dengan <i>background</i> , sehingga teks dapat dibaca.				
Aspek pengoperasian					
9.	Kemudahan media video untuk digunakan				
10.	Penyajian video ini sudah runtut dari materi yang mudah ke materi yang sulit.				
11.	Kemudahan dalam memahami isi video				

No.	Pernyataan	Skor penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Kemanfaatan					
12.	Penyajian video dapat mempermudah saya belajar mandiri				
13.	Penyajian video dapat menarik perhatian saya sehingga dapat memberikan rangsangan untuk belajar				
14.	Penyajian musik dapat menambah semangat saya untuk memperhatikan pelajaran				
15.	Penyajian video ini dapat membangkitkan daya tangkap belajar				

Komentar dan saran :

.....

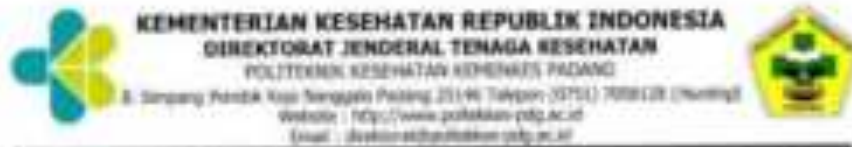
.....

.....

.....

.....

Lampiran 3 Surat-Surat



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITERIK KEMENTERIAN KESEHATAN PADANG
Jl. Sempang Perak Koto Saripada Padang 25146 Telpom (3751) 7086128 (Monev)
Website : <http://www.politerik-pdp.ac.id>
Email : dekan@politerik-pdp.ac.id

No. : PP.02/1294/2024
Lampiran :
Hal : Dua Halaman
5 Januari 2024

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Place (DPMPTSP) Kota Padang
di
Tempo

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Politerik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Sarjana Terpadu Gizi dan Dietitika diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Skripsi, dimana salah satu penelitian mahasiswa tersebut adalah penelitian yang Bapak/Ibu ajukan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama	: Fria Nabila Dhan
NIM	: 202210075
Judul Penelitian	: Pengembangan Media Video Animasi Graphis Untuk Edukasi Gizi Penyakit Perilaku Konsumsi Makanan dan Aktifitas Fisik Siswa Gizi Lebih di SMP N 31 Padang
Tempat Penelitian	: SMP N 31 Padang
Waktu Penelitian	: Januari s.d Juni 2024

Dititikan surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Direktur Politerik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Padang,



BENDAYATI, S.Kp, M.Kep, Sp.Hsa
NIP. 197201281990310001

Terima kasih

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Padang
3. Kepala Puskesmas Jendral
4. Kepala Sekolah SMP N 31 Padang
5. Saya



**PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Jendral Sudirman No. 1 Padang Telp/Fax: 0751-899719
Email: dgmpmp.padang@padang.go.id Website: www.dgmpmp.padang.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 070.2348/DPMPTSP-PP/2024

Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Padang untuk menerima dan mengizinkan:

1. Dasar :

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penyelenggaraan Penyelenggaraan Perizinan
- Peraturan Walikota Padang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Penyelenggaraan Mewujudkan Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
- Surat Izin Pelayanan Komando Padang Nomor : PP/06.021/299/2024

2. Surat Pernyataan Bertanggung Jawab penelitian yang bersangkutan tanggal 25 Januari 2024

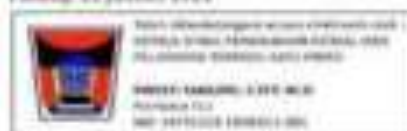
Dengan ini memberikan persetujuan Perizinan / Izin / Perizinan / PKL / PSL (Pengalihan Batas Lapangan) di wilayah Kota Padang sesuai dengan permohonan yang bersangkutan

Nama	: Fata Rahma Elham
Tempat/Tanggal lahir	: Padang / 19 Desember 2001
Pekerjaan/Jabatan	: Mahasiswa
Alamat	: Sungai Lurah Lurah Mataran Km. Kota Tengah RT 01 RW 07 Kota Padang Sumatera Barat
Nomor Handphone	: 08111949696
Motivasi Penelitian	: Belajar
Waktu Penelitian	: 25 Januari 2024 s.d. 30 Juni 2024
Judul Penelitian	: Pengembangan Media Video Motion Graphics Untuk Edukasi Ulat Peribon Perilaku Ekonomi Makro dan Aktivitas Park Siswa-Gar Lurah & SMP N 21 Padang
Tempat Penelitian	: SMP N 21 Padang
Anggota	: -

Dengan ketentuan sebagai berikut:

- Berkas permohonan dan surat pernyataan dan foto Tirta di Daerah setempat / Lokasi Penelitian
- Pelaksanaan penelitian agar tidak mengganggu aktivitas usaha yang dapat mengganggu kestabilan ekonomi dan ketertiban di daerah setempat / lokasi Penelitian
- Wajib melaksanakan protokol kesehatan Covid-19 selama penelitian di lokasi Penelitian
- Melaporkan hasil penelitian dan hasilnya kepada Wali Kota Padang melalui Kantor Kesbang dan Politik Kota Padang
- Bila terjadi pelanggaran dari pelaksanaan penelitian ini, maka rekomendasi ini tidak berlaku dengan sendirinya

Padang, 25 Januari 2024



Terselenggara

- Direktur Jenderal Kementerian Padang
- Kepala Dinas Investasi Negeri dan Perlik Kota Padang
- Kepala Dinas Perizinan dan Administrasi Kota Padang

*Membaca: Surat Rekomendasi ini harus dibaca dengan cermat untuk memastikan bahwa tidak ada yang bertentangan dengan Peraturan Walikota Padang No. 11 Tahun 2022 dan No. 11 Tahun 2023

*Surat ini berlaku: "Hanya untuk keperluan penelitian akademik dan kegiatan sosial yang sah"

*Tidak berlaku jika digunakan untuk keperluan komersial dan kegiatan lainnya



PEMERINTAH KOTA PADANG DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAN

Jalan Dharma Universitas Bung Hatta 2, Sumatera Barat, Padang, Padang
Telp. 0751-2104-2100, Fax 0751-2104-2101, Website: www.dikbudkota.padang.go.id

KORRESPONDEN
Nomor: 421/1107/SK/010.D/PPMP/01/2024

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang berdasarkan surat Direktori Pendidikan Administrasi Padang nomor : PP.08.02/1394/2024 tanggal 25 Januari 2024 perihal izin penelitian dalam rangka Pengambilan Data untuk penyelesaian tugas akhir skripsi, agar prinsipnya dapat diberikan kepada:

NO.	NAMA	NIK	JURISDIKSI
1.	ITIRIA NAMA DHANI	3102200521	061

- Judul : PENGEMBANGAN MODEL VIDEO ACTION GRAPHICS UNTUK SOLUSI GIGI
PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI BAHAN DAN AKTIVITAS FISIK SERTA GIZI (RISIKO DI
SMP N 21 PADANG)
- Lokasi : SMP N 21 Padang
Waktu : Januari s.d. Juni 2024
Dengan ketentuan :
1. Selama kegiatan berlangsung tidak mengganggu proses belajar mengajar.
 2. Setelah melakukan penelitian agar dapat memberikan laporan serta rangkai ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang CO, Bidang PPMP.
 3. Rujukan tersebut dilaksanakan di dalam jam belajar siswa.

Ditandatangani untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 5 Maret 2024

An. Kepala
Dinas Pendidikan

Suripat Rukia
NIP. 070201201200604 1 007

- Terlampir:
1. Surat Perintah Ditinjau Laporan
 2. Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data Padang
 3. Direktori Pendidikan Administrasi Padang
 4. Kartu SMP N 21 Padang
 5. Lampir



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG
Jl. Sempang Pasiaat Kaji Nagasari Padang 25146 Telp: (0751) 708128 (Ruang)
Faksimil : (0751) 708128 (Ruang)
Email : direktur@politeknik-pkg.ac.id



Padang, 27 Januari 2024

Yth.

Kepala Dapok dan *Jhon Aris Jhon Aris*

di

Tanjung

Dengan hormat,

Dalam rangka melakukan uji validasi media untuk penelitian Skripsi Prati Nurjani Tanjung Gizi dan Dietitika, dengan ini kami meminta kerendahan Dapok/da untuk memberikan validasi terhadap media penelitian mahasiswa sebagai referensi sehingga bisa di uji sebelum pada penelitian dan masa selanjut.

Demikian permohonan ini kami sampaikan dan berharap dan kerendahan Dapok/da kami ucapkan terima kasih.

Yours faithfully,

Riza Harahap, SKM, ST, Kept
NIP. 197812112005012001



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLIKLINIK KESEHATAN KEMENKES PADANG

Jl. Sisinga Persek Korp Korogor Padang 25146 Telp. (0751) 708128 (Pusat)

Website : <http://www.poliklinik.kemkes.go.id>

Email : direktora@poliklinik.kemkes.go.id



Padang, 23 Januari 2014

Y.B.

Kepala Bapd/Dr. *Yulianti Yuni, IP, M.Pi*

di

Tempu

Dengan hormat,

Dalam rangka melakukan uji validasi media untuk penelitian Sertifikasi Fasilitas Kesehatan Ciri dan Desainya, dengan ini kami meminta kerendahan Bapd/Dr untuk melakukan validasi terhadap media penelitian mahasiswa sebagai informasi sehingga layak di uji validasi pada penelitian atau sama lainnya.

Dan jika permohonan ini kami sampaikan atas bantuan dan kerendahan Bapd/Dr kami ucapkan terima kasih.

Ketika Ini Kami Kami

Rita Harahap, SKM, M.Kes

NIP. 1978021120034012001



Padang, 21 Januari 2018

Yth.

Kepada Bapak/Dn. Kristiyanti, Sst, M, Phd

di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka melakukan uji validasi media untuk pemantauan Survei Prati Survei Temporal-Clinic dan Chemika, dengan ini kami meminta kerendahan Bapak/Dn untuk memberikan validasi terhadap media penelitian realisasi sebagai informasi sehingga dapat di uji validasi pada penelitian dan pengembangan.

Dan jika pemohonan ini kami sampaikan dan terimakasih dan kerendahan Bapak/Dn kami sampaikan terima kasih.

† Lina Lina Sari

Rita Herings, S.S, S, M, Kim
NIP. 197512112001012001



Padang, 21 Januari 2024

Yth

Kepada Bapak/Dn. Hafid, DM, M. Sc

di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka melakukan uji validasi media untuk penelitian Skripsi Prodi Sastra Terapan Gizi dan Dietitika, dengan ini kami meminta kerendahan Bapak/Dn untuk memberikan validasi terhadap media penelitian mahasiswa sebagai informasi sehingga dapat di uji sebagai pada penelitian atau tema lainnya.

Ditindak perbolehkan ini kami sampaikan atas bantuan dan kerendahan Bapak/Dn kami ucapkan terima kasih.

† Ketua Jurusan Gizi

Hana Hastuti, SKNS, M. Kes
NIP. 197511112008902501

Berak Keterangan Validasi

Yang bernomor target dibawah ini :

Nama : Jula Arso, SKM, M.Kes

Jabatan : Dosen Promosi Kesehatan Komunitas Poltekkes Padang

Telah memberikan penilaian terhadap Media Video pada penelitian yang berjudul "Pengaruh Media Video Motivasi Gigitir Untuk Edukasi Gigitir Perubahan Perilaku Konsumsi Makanan dan Aktifitas Fisik Siswa Gigitir Lebih Di SMP N 11 Padang" oleh :

Nama : Firis Rahma Dhani

NIM : 202210171

Jurusan : Sarjana Terapan Gigitir dan Dietitika Komunitas Poltekkes Padang

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Padang, April 2024
Validasi



Jula Arso, SKM, M.Kes
NIP 196208201986011002

Surat Keterangan Validasi

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama Yulianawati Yama, S.Pd, M.Pd, T

Jabatan Dosen Pendidikan Teknik Informatika Universitas Pura Indonesia
Yptk Padang

Telah memberikan penilaian terhadap Media Video pada penelitian yang berjudul "Pengenangan Media Video Alomae Cempaka Untuk Etikanai Gai Perubahan Perilaku Komunitas Maku Das Aktoris Fisk Siswa Gai Lahir Di SMP N 31 Padang" oleh:

Nama Fria Kahana Dhan

NIM 202210179

Jurusan Sastra Terapan Gai Sa Diterika Kementerian Pendidikan Padang

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Padang, April 2024
Validasi



Yulianawati Yama, S.Pd, M.Pd, T
NIDN 1006079101

Surat Keterangan Validasi

Yang bermaksud tertera dibawah ini :

Nama : Kasmayati, DCS, M.Humard

Jabatan : Dosen Jurusan Gizi Kesehatan Poltekkes Padang

Telah memberikan penilaian terhadap Media Video pada penelitian yang berjudul "Pengaruh Media Video Animasi Grafis Untuk Efikasi Gizi Perilaku Perilaku Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lebih Di SMP N 11 Padang" oleh :

Nama : Fitria Nabila Dhani

NIM : 202210373

Jurusan : Sajana Terapan Gizi dan Dietetika Kesehatan Poltekkes Padang

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Padang, April 2024
Validasi



Kasmayati, DCS, M.Humard
NIP. 196404271987032001

Berakreditasi Validasi

Teng bertanggung tangan dibawah ini

Nama : Hasanah, DCS, M. Siaran

Jabatan : Dosen Jurusan Gizi Kesehatan Politeknik Padang

Tidak memberikan penilaian terhadap Media Video pada penelitian yang berjudul "Pengaruh Media Video Animasi Grafis Untuk Edukasi Gizi Perilaku Perilaku Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik Siswa Gizi Lulus Di SMP N 31 Padang" oleh

Nama : Fria Zahra Dhan

NIM : 202210175

Jurusan : Jurusan Teknik Gizi dan Dietitika Kesehatan Politeknik Padang

Demikian keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, April 2024
Validasi



Hasanah, DCS, M. Siaran
NIP. 196307191980052303



PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 31 PADANG

Jalan Andalas No. 124 Padang, Kode Pos 25124, Telpun (0751) 94096,
Laman: smkn31padang.sch.id, Fax - 01 : smptigasohupdg@gmail.com



SURAT KETERANGAN
Nomor : 075073/DP SMP.31/2024

Berdasarkan surat dari an Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang Kasi
Pencapaian Nomor : 421/150/DK/SUD/PPMP/01/2024 tanggal 5 Maret 2024 perihal ltn
Penelitian, maka dengan ini kami menerangkan bahwa

Nama	FITRIA RAHMA DHANI
NIM	202210575
Jurusan	Gia
Jenjang	D IV
Lokasi	SMP Negeri 31 Padang
Waktu	Januari s.d Juni 2024

Benar nama yang tersebut diatas telah selesai melakukan ltn Penelitian di SMP
Negeri 31 Padang dengan judul Skripsi "Pembangan Media Video Motion Graphics
Untuk Edukasi Gizi Perubahan Perilaku Konsumsi Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa
Gizi Lebih Di SMP N 31 Padang"

Demiakntah Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana
memthya

Padang, 18 April 2024

Kepala



Rizki Wianani, M.Pd

NIP. 19720803 199003 2 007

Lampiran 4 Lembar Konsultasi



KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
POLITEKNIK KEMENKES PADANG



NAMA	: FITRIA RAHMA DHANI
NIM	: 202210295
JUDUL	: Pengembangan Media Video Media Graphic Untuk Efektifitas bagi perubahan perilaku Konsumsi Makanan dan Air minum pada Siswa Gizi Lebih di SMP N 21 Padang
PEMBIMBING	: Rina Harahyah, STP, M. Kes

HARI/TANGGAL	TOPIC KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
20 Januari 2024 Senin	Abstrak Media Video dan isi penelitian BAB I - BAB II	- Kritik struktur pada Media Video - layout gambar dan video	[Signature]
Kamis, 21 Maret 2024	Rincian Hasil pada Bab	- layout gambar BAB IV	[Signature]
Juma, 1 April 2024	Rincian BAB II	- Gambar struktur video menggunakan foto - Struktur isi bab	[Signature]
Kamis, 4 April 2024	BAB II	- Struktur nama pada gambar dan video	[Signature]
Juma, 6 April 2024	BAB II	- format penulisan - struktur penelitian terdahulu	[Signature]
Juma, 7 April 2024	BAB II - BAB II	- konsep video yang diharapkan di terdistribusikan	[Signature]
Juma, 23 April 2024	BAB IV - BAB II	- layout gambar abstrak dan gambar dokumentasi	[Signature]
Kamis, 26 April 2024		ACE	[Signature]

Koresponden

[Signature]
Rina Harahyah, S.SIT, M. Kes
NIP. 19750309 198802 2 001

Padang, 27 April 2024

[Signature]
Rina Harahyah, S.SIT, M. Kes
NIP. 19750309 198802 2 001



KARTU KONSULTASI
PENYUNJAN KRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
POLITERKES KEMENKES PADANG



NAMA	: FITRIA KENNAS DHARO
NIM	: 202210191
JUDUL	: Pengembangan Media Video Melalui Graphic Chart Edukasi Gizi perubahan perilaku konsumsi pangan dari aktivitas fisik tinggi ke lebih di tingkat di padang.
PENBIMBING	: Andriyhar, DKK, M.Pd

WAKTU/ANGGAL	TOPIC KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTS PEMBIMBING
Senin, 20 Januari 2024	Membuat video dalam dan dan presentasi	Sebaik presentasi di media video	
Jumat, 26 Maret 2024	Sebaik presentasi dengan video	Perbaikan layout foto dan foto lain	
Jelasa 1 April 2024	Presentasi dan di	Sebaik presentasi Media komunikasi pangan	
Senin, 5 April 2024	Presentasi dan di	Perbaikan video melalui diperbaiki dengan detail	
Selasa, 9 April 2024	Presentasi dan di	Perbaikan video melalui perbaikan detail lain	
Jumat, 26 April 2024	dan di - dan di	- Perbaikan gambar detail lain	
Senin, 20 Mei 2024	dan di - dan di	Perbaikan media presentasi pada detail	
Jumat, 27 Mei 2024		AKHIR	

Kardus NIK,

Marsel Handayani, S.SiT, N.Kin
NIP. 19791808 198603 2 001

Padang, 27 Mei 2024
Ka. Prodi STY Gizi dan Dietetika

Marsel Handayani, S.SiT, N.Kin
NIP. 19791808 198603 2 001

Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian





ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

4%

PUBLICATIONS

18%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Submitted to Badan PPSDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan

Student Paper

13%

2

nanopdf.com

Internet Source

3%

3

eprints.uny.ac.id

Internet Source

2%

Exclude quotes On

Exclude matches < 20 words

Exclude bibliography On