

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA VIDEO EDUKASI GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KAITANNYA DENGAN PENCEGAHAN KANKER

PADA REMAJA

Tria Septiyani¹, Irianton Aritonang², Susilo Wirawan³

^{1,2,3} Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

55293, (0274) 617601

Email: triaseptiyani1@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kanker merupakan penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang terus meningkat di Indonesia. Gaya hidup tidak sehat menjadi salah satu faktor risiko yang dapat dicegah melalui edukasi gizi seimbang sejak remaja. Media video dinilai lebih menarik dan efektif dibandingkan media konvensional karena mampu menyampaikan informasi secara visual dan audio. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas media video terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang kaitannya dengan pencegahan kanker pada remaja.

Tujuan: Mengetahui efektivitas media video dan leaflet dalam edukasi gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap kaitannya dengan pencegahan kanker pada remaja

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Penelitian dilaksanakan pada Mei 2026 di SMAN 1 Girimulyo dan SMAN 1 Kalibawang dengan masing-masing sampel 30 orang. Setiap kelompok dilakukan *pre-test* kemudian diberikan penyuluhan gizi menggunakan video edukasi pada kelompok perlakuan dan leaflet pada kelompok control, lalu dilakukan *post-test*. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan dan sikap. Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dan analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*

Hasil: Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok video meningkat dari 88,89 menjadi 91,56, sedangkan skor sikap meningkat dari 79,30 menjadi 90,83. Pada kelompok leaflet, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 90,89 menjadi 93,56 dan skor sikap dari 78,53 menjadi 80,66. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa media video efektif meningkatkan sikap remaja ($p=0,0001$), tetapi tidak meningkatkan pengetahuan secara signifikan ($p=0,082$). Sementara itu, media leaflet tidak memberikan peningkatan yang signifikan baik pada pengetahuan ($p=0,190$) maupun sikap ($p=0,199$).

Kesimpulan: Video lebih efektif dibandingkan leaflet dalam meningkatkan sikap, sedangkan video dan powerpoint memiliki efektivitas yang sama dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan kanker dengan gizi seimbang.

Kata Kunci: video, leaflet, pengetahuan, sikap, remaja, gizi seimbang, pencegahan kanker

EFFECTIVENESS OF USING BALANCED NUTRITION EDUCATIONAL VIDEO MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES RELATED TO CANCER PREVENTION IN ADOLESCENTS

Tria Septiyani¹, Irianton Aritonang², Susilo Wirawan³

^{1,2,3} Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

55293, (0274) 617601

Email: triaseptiyani1@gmail.com

ABSTRACT

Background: Cancer is a non-communicable disease with an increasing incidence in Indonesia. Unhealthy lifestyles are among the modifiable risk factors that can be prevented through balanced nutrition education during adolescence. Video-based educational media are considered more engaging and effective than conventional media because they deliver information through both visual and audio elements. Therefore, this study aimed to analyze the effectiveness of video media on adolescents' knowledge and attitudes regarding balanced nutrition in relation to cancer prevention.

Objective: To determine the effectiveness of video and leaflet media in balanced nutrition education on adolescents' knowledge and attitudes related to cancer prevention.

Methods: This study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group design. The study was conducted in May 2026 at SMAN 1 Girimulyo and SMAN 1 Kalibawang, with 30 participants in each group. Both groups completed a pre-test before receiving nutrition education using educational videos for the intervention group and leaflets for the control group, followed by a post-test. The variables measured were knowledge and attitudes. Data normality was assessed using the Shapiro–Wilk test, while statistical analyses were performed using the Wilcoxon and Mann–Whitney tests.

Results: The mean knowledge score in the video group increased from 88.89 to 91.56, while the mean attitude score increased from 79.30 to 90.83. In the leaflet group, the mean knowledge score increased from 90.89 to 93.56, and the mean attitude score increased from 78.53 to 80.66. Statistical analysis showed that the video media significantly improved adolescents' attitudes ($p = 0.0001$), but did not significantly improve knowledge ($p = 0.082$). Meanwhile, the leaflet media did not significantly improve either knowledge ($p = 0.190$) or attitudes ($p = 0.199$).

Conclusion: Video media were more effective than leaflets in improving adolescents' attitudes. However, video and leaflet media showed similar effectiveness in improving adolescents' knowledge regarding cancer prevention through balanced nutrition.

Keywords: video, leaflet, knowledge, attitude, adolescents, balanced nutrition, cancer prevention