

Video Cerita Animasi Sebagai Media Peningkatan Pengetahuan Pangan Pada Anak Usia Prasekolah: Kajian Literatus Sistematis

Nurlaili^{1*}, Noviana Mustapa², Della Raymena Jovanka³, Setiyo Utoyo⁴

^{1,2,3,4}Universitas Terbuka, Indonesia

Email Corresponden Author: 501113203@ecampus.ut.ac.id

Abstract

This systematic literature review aims to examine the effectiveness of animated story videos as a learning medium to enhance nutrition knowledge among early childhood learners through a *food pedagogy* approach. Articles published between 2015 and 2025 were identified and screened from databases such as Scopus, PubMed, and ERIC using rigorous inclusion criteria. The findings indicate that animated videos significantly improve children's understanding of healthy eating patterns, increase their interest in nutritious foods, and strengthen their ability to recognize and select healthy dietary options. Visual and narrative-based learning was shown to support better information retention and foster healthier eating behaviors more effectively than conventional teaching methods. However, variations in intervention quality and cultural contexts present limitations that must be considered in broader implementations. This study highlights animated video media as an innovative and promising pedagogical strategy that can be integrated into early childhood education curricula to build foundational nutrition literacy from an early age.

Keywords: Early Childhood; Food Pedagogy; Innovative Media; Nutrition Knowledge; Animated Video

Abstrak

Kajian literatur sistematis ini bertujuan menilai efektivitas *video* cerita animasi sebagai media pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini melalui pendekatan *food pedagogy*. Analisis dilakukan dengan menyaring dan menelaah artikel yang dipublikasikan pada rentang 2015–2025 dari basis data Scopus, PubMed, dan ERIC menggunakan kriteria seleksi yang ketat. Hasil kajian menunjukkan bahwa media animasi mampu meningkatkan pemahaman anak tentang pola makan sehat, menumbuhkan minat terhadap makanan bergizi, serta memperkuat kemampuan mereka dalam mengenali dan memilih makanan yang bernutrisi. Pembelajaran berbasis visual dan narasi interaktif terbukti meningkatkan retensi informasi dan mendukung pembentukan perilaku makan sehat secara lebih efektif dibandingkan metode konvensional. Meskipun demikian, variasi kualitas intervensi dan konteks budaya menjadi faktor pembatas yang perlu diperhatikan dalam penerapan lebih luas. Studi ini menegaskan bahwa penggunaan video animasi merupakan strategi pedagogis yang inovatif dan potensial untuk diintegrasikan dalam kurikulum PAUD sebagai upaya membangun literasi gizi sejak dini.

Kata kunci: Anak Usia Dini; *Food Pedagogy*; Media Inovatif; Pengetahuan Gizi; Video Animasi

History

Received 2025-11-10, Revised 2025-12-03, Accepted 2026-02-06, Online First 2026-02-22

PENDAHULUAN

Anak usia dini mengalami perkembangan pesat pada aspek kognitif, fisik, sosial, dan emosional. Perkembangan tersebut sangat dipengaruhi oleh pemenuhan gizi yang tepat pada masa prasekolah. Nutrisi pada periode awal kehidupan berperan penting dalam mendukung kesehatan dan perkembangan kognitif jangka panjang, serta menjadi fondasi keberhasilan tumbuh kembang pada tahap pendidikan selanjutnya (DiGirolamo et al., 2020). Anak yang mengalami kekurangan nutrisi pada

masa awal berisiko mengalami hambatan perkembangan dan kesulitan belajar yang berdampak hingga masa sekolah berikutnya (Alkhalidy et al., 2021). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan pangan dan pemahaman tentang makanan bergizi sejak usia dini menjadi isu penting dalam pendidikan anak.

Meskipun pendidikan gizi telah lama diintegrasikan dalam lingkungan sekolah, berbagai permasalahan masih ditemukan, seperti rendahnya pemahaman anak tentang makanan sehat, keterbatasan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini, serta kurangnya media pembelajaran yang mampu menumbuhkan minat dan keterlibatan belajar secara berkelanjutan. Pendekatan pembelajaran konvensional cenderung menekankan penyampaian informasi, sehingga kurang efektif dalam membentuk pemahaman dan perilaku makan sehat pada anak.

Studi sebelumnya berfokus pada implementasi program pendidikan gizi secara umum, penggunaan aplikasi digital, atau pemanfaatan *e-learning* dalam pengenalan makanan sehat pada anak usia dini. Namun, belum ada studi yang secara komprehensif meneliti efektivitas media cerita video animasi sebagai komponen inti dalam *food pedagogy* untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku hidup sehat anak. Masih sedikit penelitian yang mengkaji keberlanjutan perubahan perilaku makan anak setelah intervensi pendidikan gizi, khususnya dalam konteks lokal. Selain itu, sedikit penelitian yang membahas secara spesifik peran cerita animasi dalam memperkuat pemahaman pengetahuan pangan anak usia dini dibandingkan pendekatan konvensional (Amalia, 2024; Winaldo & Oktaviani, 2022).

Dalam beberapa tahun terakhir, *food pedagogy* berkembang sebagai pendekatan inovatif dalam pendidikan gizi karena menekankan pengalaman belajar yang bermakna dan keterlibatan aktif anak. Temuan terkini menunjukkan bahwa *food pedagogy* mampu meningkatkan keterlibatan anak dalam memilih dan mempertahankan pola makan sehat (Kamila Cahyani Masdar et al., 2024). Media animasi dinilai efektif dalam mendukung pendekatan ini karena mengombinasikan visual, narasi, dan pengalaman belajar yang menarik, sehingga membantu anak mengingat informasi dan memahami konsep gizi secara lebih baik (Bremm, 2019; Triatmaja et al., 2022). Sejalan dengan perkembangan teknologi, penggunaan media digital berbasis animasi menjadi relevan dengan karakteristik anak usia dini yang tumbuh dalam lingkungan berbasis teknologi.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya yang secara spesifik menempatkan media cerita video animasi sebagai komponen utama dalam *food pedagogy* bagi anak usia dini, bukan sekadar sebagai media digital pendukung. Penelitian ini juga membedakan pendekatan inovatif berbasis animasi dengan pendekatan konvensional dalam pendidikan pangan, serta menyoroti keterbatasan penelitian sebelumnya yang jarang mengkaji keberlanjutan perubahan perilaku sehat, khususnya dalam konteks lokal seperti Kota Binjai. Dengan demikian, novelty penelitian ini bersifat tematik, komparatif, dan kontekstual.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan sistematis terhadap (1) efektivitas penggunaan media cerita video animasi dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia

dini, (2) perbedaan hasil pembelajaran antara pendekatan *food pedagogy* berbasis animasi dan pendekatan konvensional dalam pendidikan pangan, serta (3) implikasi jangka panjang penggunaan *food pedagogy* berbasis animasi terhadap pembentukan perilaku hidup sehat pada anak usia dini.

METODE

Kajian Literatur Sistematis ini disusun untuk menganalisis dan mengevaluasi temuan penelitian terkait efektivitas *food pedagogy* berbasis media animasi pada anak usia dini. Pendekatan Systematic Literature Review (SLR) digunakan untuk mengidentifikasi, menilai, dan mensintesis artikel ilmiah yang relevan dengan topik pengetahuan gizi, perilaku makan sehat, serta pemanfaatan media animasi sebagai alat pendidikan interaktif. Proses kajian mengikuti tahapan yang direkomendasikan dalam kerangka PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) guna memastikan transparansi, reproduktibilitas, dan kredibilitas metodologi penelitian.

Pencarian literatur dilakukan pada tiga basis data utama, yaitu Scopus, PubMed, dan ERIC, dengan menggunakan kombinasi kata kunci seperti “*animated media*”, “*food pedagogy*”, “*nutrition education*”, “*early childhood education*”, dan “*video-based learning*”. Operator Boolean (AND, OR) digunakan untuk mempersempit dan menyesuaikan hasil pencarian dengan fokus penelitian. Artikel dibatasi pada publikasi berbahasa Inggris dan Indonesia yang diterbitkan dalam rentang tahun 2015–2025, agar temuan yang dianalisis tetap relevan dengan perkembangan terkini di bidang pendidikan gizi dan teknologi pembelajaran.

Proses seleksi artikel dilakukan melalui beberapa tahap sesuai alur PRISMA, meliputi identifikasi, penyaringan, uji kelayakan, dan inklusi. Seleksi awal dilakukan dengan menelaah judul dan abstrak untuk menghilangkan duplikasi serta artikel yang tidak relevan. Tahap selanjutnya berupa penelaahan teks lengkap dilakukan oleh dua penelaah independen (*double reviewer*) untuk meminimalkan bias seleksi. Apabila terdapat perbedaan penilaian, keputusan akhir ditentukan melalui diskusi dan kesepakatan bersama.

Kriteria inklusi mencakup penelitian yang melibatkan anak usia 0–8 tahun, membahas pendidikan gizi atau *food pedagogy* dengan pemanfaatan media cerita video animasi, menggunakan desain penelitian yang valid (kualitatif, kuantitatif, atau *mixed methods*), serta telah melalui proses *peer review*. Penelitian yang hanya menitikberatkan aspek teknis multimedia tanpa keterkaitan dengan pendidikan gizi, artikel opini, editorial, laporan nonilmiah, atau studi pada populasi di luar usia dini dikeluarkan dari kajian.

Untuk menjamin kualitas metodologis, setiap artikel yang memenuhi kriteria inklusi menjalani proses *quality appraisal* menggunakan daftar periksa yang sesuai dengan jenis desain penelitian. Studi kualitatif dinilai menggunakan CASP (*Critical Appraisal Skills Programme*) *checklist*, sedangkan studi kuantitatif dan *mixed methods* dievaluasi menggunakan Joanna Briggs Institute (JBI) *critical appraisal tools*. Artikel yang tidak memenuhi standar kualitas minimum dikeluarkan dari proses sintesis.

Proses sintesis data dilakukan melalui analisis tematik, dengan mengelompokkan temuan

penelitian ke dalam tema utama, seperti pengaruh visual animasi terhadap pemahaman konsep gizi, peran narasi dalam meningkatkan keterlibatan emosional anak, serta efektivitas pendekatan *experiential learning* dalam *food pedagogy*. Analisis ini digunakan untuk mengidentifikasi pola keberhasilan intervensi, tantangan implementasi, serta kontribusi teoretis dan praktis dari masing-masing studi. Dengan pendekatan ini, kajian literatur memberikan gambaran komprehensif mengenai efektivitas media animasi dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku hidup sehat pada anak usia dini, sekaligus mengarahkan agenda penelitian di masa depan.

Tabel 1.

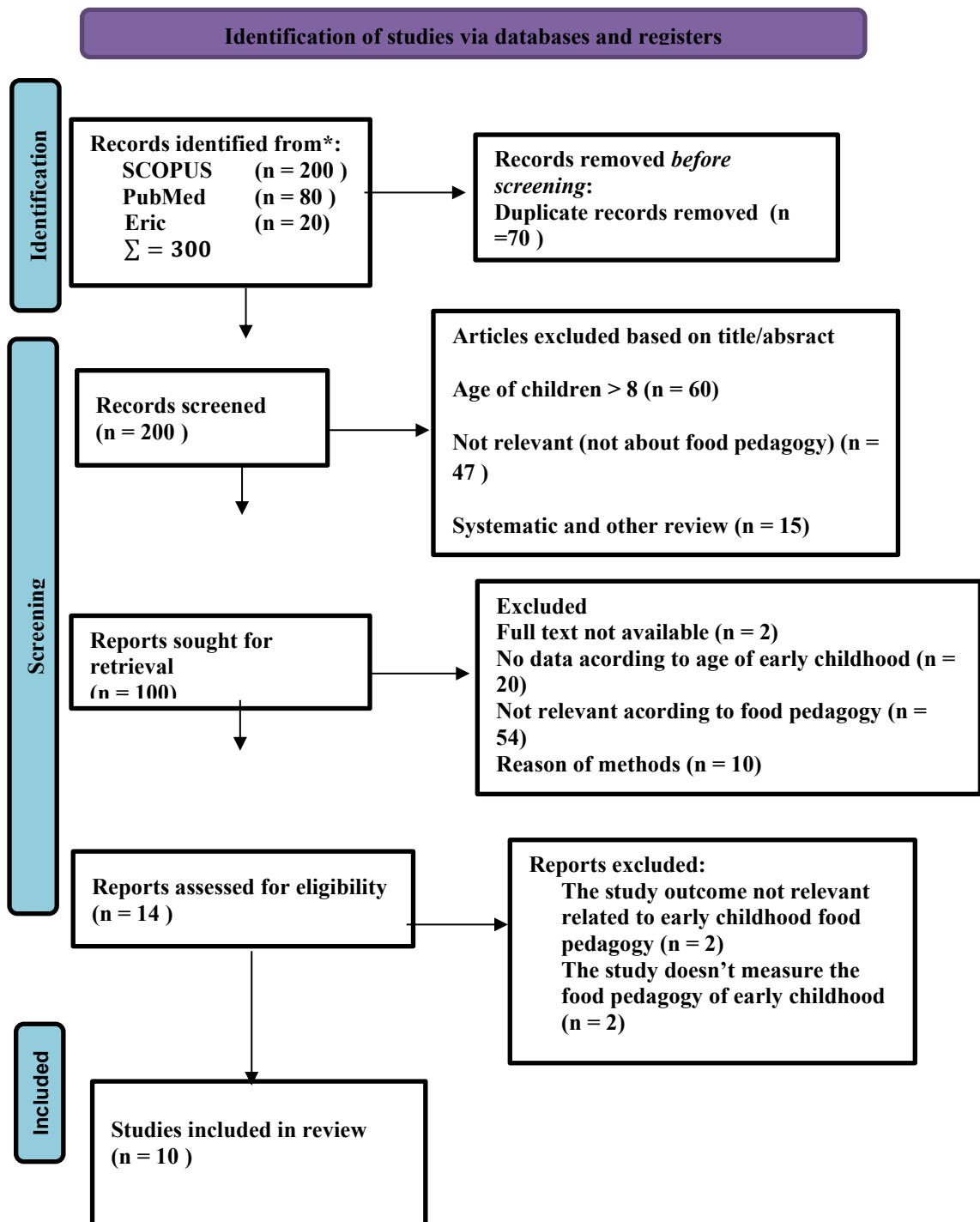
Pencarian Berbasis Data

No	Basis Data Elektronik	Kata Kunci
1	Scopus	“Early Childhood” AND “Food Education” AND Education “Video Media”
2	PubMed	"Animated video media" AND "Food Pedagogy" AND "preschool children" AND "innovative approach"
3	Erick	“Nutritional knowledge” AND “nutritional literacy”

Tabel 2.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

No.	Kriteria	Penyertaan Data	Pengabaian Data
1.	Populasi	Fokus penelitian pada anak usia dini 4-6 tahun.	Penelitian yang dilakukan pada anak usia remaja dan dewasa atau diatas rentang 8 tahun dan dibawah 3 tahun.
2.	Intervensi	Studi yang dilakukan mengkaji tentang <i>food pedagogy</i> dalam pendekatan pedagogis.	Studi yang tidak membahas <i>food pedagogy</i> dalam penerapan pada anak usia pra sekolah.
3.	Hasil	Studi yang membahas tentang <i>food pedagogy</i> melalui vidio cerita animasi dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini.	Studi yang tidak mengkaji tentang <i>food pedagogy</i> atau tidak relevan dengan pendekatan berbasis vidio cerita animasi pada anak pra sekolah.
4.	Tipe Dokumen	Artikel dan Kajian Literatu	Bukan buku, publikasi yang belum terbit atau prosidding konferensi.
5.	Tahun Terbit	Artikel yang terbit rentang 2015 sampai dengan 2025.	Artikel yang terbit dibawah 2015.
6.	Bahasa	Jurnal diambil dari bahasa Inggris dan bahasa Indonesia.	Bahasa daerah



Gambar 1. Identifikasi Studi

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Secara keseluruhan, sebagian besar studi yang dianalisis secara konsisten menunjukkan bahwa penggunaan media berbasis teknologi, khususnya video animasi, efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini. Dari artikel yang memenuhi kriteria inklusi, lebih dari dua pertiga studi melaporkan adanya peningkatan pemahaman anak mengenai konsep makanan sehat setelah diberikan intervensi berbasis animasi, baik jika dibandingkan dengan kondisi sebelum intervensi maupun dengan pendekatan pembelajaran konvensional. Temuan ini mengindikasikan bahwa video animasi memiliki keunggulan pedagogis dalam menyampaikan pesan gizi kepada anak usia dini. Pada tahap perkembangan kognitif ini, anak cenderung lebih responsif terhadap stimulus visual dan audio yang konkret, berwarna, serta disajikan dalam bentuk cerita sederhana. Integrasi unsur visual, suara, dan narasi dalam video animasi memungkinkan informasi gizi yang bersifat abstrak seperti fungsi makanan atau kategori makanan sehat yang diubah menjadi representasi yang lebih mudah dipahami dan diingat oleh anak.

Selain itu, penggunaan video animasi juga berpotensi meningkatkan keterlibatan dan perhatian anak selama proses pembelajaran. Beberapa studi mencatat bahwa anak menunjukkan minat belajar yang lebih tinggi dan durasi fokus yang lebih panjang ketika materi gizi disampaikan melalui animasi dibandingkan metode ceramah atau gambar statis. Hal ini penting karena tingkat keterlibatan yang tinggi berkorelasi positif dengan proses pemahaman dan retensi informasi pada anak usia dini. Namun demikian, meskipun mayoritas studi melaporkan hasil yang positif, efektivitas video animasi tetap dipengaruhi oleh kualitas konten, kesesuaian bahasa dengan usia anak, serta durasi dan frekuensi intervensi. Video yang terlalu kompleks atau berdurasi panjang justru berisiko menurunkan pemahaman anak. Oleh karena itu, pengembangan media animasi perlu mempertimbangkan prinsip perkembangan anak serta tujuan pembelajaran gizi yang spesifik agar intervensi yang diberikan benar-benar optimal. Sebagian besar studi juga melaporkan bahwa media cerita animasi meningkatkan minat anak terhadap makanan sehat, khususnya buah dan sayuran, melalui karakter dan situasi yang dekat dengan pengalaman sehari-hari anak (Braga-Pontes et al., 2020; Vidal-Hall et al., 2020).

Hasil kajian berdasarkan tujuan penelitian menunjukkan pola temuan yang konsisten. Pertama, terkait efektivitas media cerita video animasi terhadap pengetahuan gizi, sebagian besar studi menemukan bahwa penggunaan animasi konsisten meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini. Peningkatan tersebut tampak pada kemampuan anak mengenali jenis makanan sehat, memahami manfaat makanan seimbang, serta mengemukakan alasan sederhana dalam memilih makanan. Beberapa studi dengan desain *pretest posttest* melaporkan peningkatan yang besar pada skor pengetahuan setelah intervensi animasi. Temuan Oematan et al. (2023), misalnya, menunjukkan bahwa proporsi pengetahuan anak meningkat dari kondisi yang sangat rendah pada tahap pra-intervensi menjadi tinggi pada tahap pasca intervensi setelah diberikan edukasi gizi berbasis video animasi.

Kedua, dalam perbandingan antara pendekatan inovatif dan pendekatan konvensional, tren literatur menunjukkan bahwa anak-anak yang mengikuti pembelajaran berbasis animasi dan pengalaman belajar memperoleh luaran pengetahuan yang lebih baik dibandingkan anak-anak yang mengikuti pembelajaran konvensional. Sebagian besar studi komparatif melaporkan bahwa pendekatan inovatif yang memadukan animasi, storytelling, dan aktivitas berbasis pengalaman lebih efektif dalam mempercepat pemahaman konsep baru dan meningkatkan retensi informasi dibandingkan metode ceramah atau penjelasan verbal semata (Kustandi et al., 2021; St. Pierre et al., 2024).

Ketiga, terkait implikasi jangka panjang terhadap perilaku sehat, hanya sebagian kecil studi yang secara langsung menilai dampak lintas waktu. Namun demikian, tren temuan menunjukkan bahwa pendidikan gizi berbasis pengalaman dan media interaktif berpotensi mendukung pembentukan perilaku makan sehat pada tahap perkembangan berikutnya. Meskipun bukti longitudinal masih terbatas, beberapa studi melaporkan indikasi peningkatan kemauan anak untuk mencoba makanan sehat serta terbentuknya sikap positif terhadap konsumsi buah dan sayuran setelah intervensi berbasis animasi (Sukmawati et al., 2023).

Tabel 3.

Ringkasan Temuan Studi Utama

Desain Studi	Intervensi Utama	Outcome Utama
<i>Pretest–posttest</i>	Edukasi gizi berbasis video animasi	Peningkatan pengetahuan gizi anak secara konsisten
<i>Eksperimen semu</i>	Cerita animasi vs metode konvensional	Pemahaman gizi kelompok animasi lebih tinggi
<i>Quasi-eksperimental</i>	Storytelling animasi + diskusi	Sikap positif terhadap buah dan sayur
<i>Mixed methods</i>	<i>Food pedagogy</i> berbasis pengalaman dan animasi	Peningkatan pengetahuan dan minat makan sehat
<i>Studi observasional</i>	Media cerita bergambar	Peningkatan perhatian dan retensi informasi

Tabel 3 ini menyajikan ringkasan temuan utama dari berbagai desain studi yang meneliti efektivitas media animasi dalam edukasi gizi anak usia dini. Secara umum, tabel ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis animasi memberikan dampak positif terhadap pengetahuan, pemahaman, sikap, dan perhatian anak terhadap materi gizi, terlepas dari variasi desain penelitian yang digunakan. Pada studi dengan desain pretest–posttest, edukasi gizi berbasis video animasi secara konsisten meningkatkan pengetahuan gizi anak setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa paparan animasi mampu memberikan perubahan kognitif yang terukur dalam jangka pendek, meskipun tanpa kelompok pembandingan.

Tabel 4.

Matriks Studi yang Dianalisis dalam Kajian Literatur Sistematis

No	Penulis & Tahun	Negara	Desain Studi	Subjek	Bentuk Intervensi Animasi	Durasi Intervensi	Outcome Utama
1	Oematan et al. (2023)	Indonesia	<i>Pretest–posttest</i>	Anak usia 4–6 tahun	Video animasi edukasi gizi	2–4 minggu	Peningkatan signifikan pengetahuan gizi
2	Rahmawati et al. (2022)	Indonesia	Quasi-eksperimental	Anak TK	Animasi digital gizi seimbang	3 minggu	Peningkatan pemahaman dan minat makan sehat
3	Braga-Pontes et al. (2020)	Portugal	Eksperimen semu	Anak prasekolah	Cerita animasi pangan	4 minggu	Pemahaman makanan sehat lebih tinggi
4	Vidal-Hall et al. (2020)	Inggris	Kualitatif	Anak & guru PAUD	Media cerita visual digital	Observasional	Peningkatan atensi dan keterlibatan belajar
5	Putri et al. (2022)	Indonesia	R&D / Eksperimen	Anak usia dini	Multimedia interaktif animasi	3 sesi	Pemahaman konsep nutrisi meningkat
6	St. Pierre et al. (2024)	Amerika Serikat	Mixed methods	Anak prasekolah	Food pedagogy berbasis pengalaman & animasi	6–8 minggu	Pengetahuan & sikap positif terhadap makanan
7	Sukmawati et al. (2023)	Indonesia	Quasi-eksperimental	Anak PAUD	Edukasi gizi audiovisual	1 bulan	Sikap positif terhadap konsumsi sehat
8	Bremm (2019)	Brasil	Kualitatif	Anak usia dini	Film animasi edukatif pangan	Observasional	Retensi informasi dan ketertarikan meningkat
9	Vepsäläinen et al. (2022)	Finlandia & Polandia	RCT	Anak prasekolah	Aplikasi & animasi pangan	6 minggu	Penerimaan buah & sayur meningkat
10	Holley et al. (2017)	Inggris	Sistematis	Anak usia dini	Media visual & naratif	Variatif	Efektivitas visual-naratif pada konsumsi sayur

Untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai karakteristik studi yang dianalisis, Tabel 4 menyajikan matriks studi yang mencakup penulis, desain penelitian, karakteristik subjek, bentuk

intervensi berbasis animasi, durasi, serta *outcome* utama. Matriks ini menunjukkan bahwa meskipun desain dan konteks studi bervariasi, sebagian besar intervensi menggunakan media animasi dengan durasi singkat hingga menengah dan berfokus pada peningkatan pengetahuan, sikap, serta ketertarikan anak terhadap makanan sehat.

Hasil yang lebih kuat terlihat pada eksperimen semu, di mana cerita animasi dibandingkan secara langsung dengan metode konvensional. Kelompok yang menerima intervensi animasi menunjukkan tingkat pemahaman gizi yang lebih tinggi, mengindikasikan bahwa media animasi lebih efektif dibandingkan pendekatan tradisional dalam menyampaikan konsep gizi kepada anak usia dini. Pada desain *quasi-eksperimental*, intervensi berupa *storytelling* animasi yang dikombinasikan dengan diskusi tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga berdampak pada aspek afektif, yaitu munculnya sikap positif terhadap konsumsi buah dan sayur. Hal ini menegaskan bahwa animasi berpotensi memengaruhi sikap anak, bukan sekadar pengetahuan.

Studi dengan pendekatan *mixed methods* memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan peningkatan pengetahuan sekaligus minat anak terhadap makanan sehat. Pendekatan ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif karena menggabungkan data kuantitatif dan kualitatif, sehingga mampu menangkap perubahan perilaku dan pengalaman belajar anak secara lebih mendalam. Sementara itu, pada studi observasional, penggunaan media cerita bergambar meskipun tidak selalu berbentuk animasi digital yang tetap berkontribusi terhadap peningkatan perhatian dan retensi informasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa elemen visual dan naratif merupakan komponen kunci dalam pembelajaran gizi anak usia dini, baik dalam format animasi bergerak maupun media visual statis.

Secara interpretatif, hasil kajian ini menunjukkan bahwa video animasi berfungsi sebagai *learning scaffold* yang menyederhanakan konsep gizi menjadi representasi visual dan naratif yang mudah diproses anak. Mekanisme utama bukan sekadar peningkatan ketertarikan, tetapi penyediaan alur sebab-akibat yang konkret, seperti hubungan antara pilihan makanan dan kesehatan tubuh. Media cerita bergambar dan animasi juga bekerja melalui jalur afektif, yaitu identifikasi anak dengan tokoh cerita, yang memperkuat penerimaan terhadap makanan sehat. Temuan ini konsisten dengan tren global yang menunjukkan bahwa pendekatan multi komponen menggabungkan media, pengalaman belajar, dan konteks sosial memberikan dampak yang lebih kaya dibandingkan pendekatan pasif. Namun demikian, bukti tentang keberlanjutan perubahan perilaku masih terbatas dan perlu ditafsirkan secara hati-hati karena sebagian besar studi berfokus pada perubahan jangka pendek.

Keterbatasan utama kajian ini meliputi heterogenitas desain studi, variasi indikator *outcome* (pengetahuan vs perilaku), serta keterbatasan jumlah studi longitudinal. Oleh karena itu, klaim efektivitas jangka panjang perlu diposisikan sebagai potensi yang menjanjikan, bukan kesimpulan definitif. Secara praktis, hasil kajian ini menyarankan bahwa penggunaan animasi akan lebih efektif bila diintegrasikan dengan aktivitas berbasis pengalaman dan didukung oleh keterlibatan guru serta orang tua. Pendekatan ini relevan untuk mengaitkan peningkatan pengetahuan dengan kecenderungan

perilaku makan sehat pada anak usia dini.

PEMBAHASAN

Hasil kajian literatur sistematis ini menunjukkan keterkaitan yang jelas dan koheren antara temuan penelitian dan tujuan yang telah ditetapkan. Pertama, temuan penelitian secara konsisten menjawab tujuan penelitian terkait efektivitas media cerita video animasi dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini. Sebagian besar studi menunjukkan bahwa penggunaan animasi membantu anak mengenali jenis makanan sehat, memahami manfaat gizi, serta mengembangkan pemahaman dasar tentang konsep pola makan seimbang. Peningkatan ini tidak hanya tercermin pada kemampuan anak menyebutkan contoh makanan sehat, tetapi juga pada pemahaman sederhana mengenai hubungan antara makanan dan kesehatan tubuh, yang merupakan fondasi penting dalam pembentukan literasi gizi sejak dini. Efektivitas tersebut menunjukkan bahwa animasi berfungsi sebagai media pembelajaran yang mampu menerjemahkan konsep gizi yang abstrak menjadi representasi visual dan naratif yang konkret serta mudah diproses oleh anak usia dini.

Kedua, tujuan penelitian untuk membandingkan pendekatan inovatif dan pendekatan konvensional terjawab melalui pola temuan yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis animasi dan pengalaman belajar menghasilkan luaran yang lebih baik dibandingkan metode konvensional. Studi-studi komparatif secara konsisten melaporkan bahwa anak yang mengikuti pembelajaran berbasis animasi menunjukkan tingkat pemahaman, keterlibatan, dan retensi informasi yang lebih tinggi dibandingkan anak yang menerima pembelajaran melalui ceramah atau penyampaian verbal semata. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan inovatif yang memadukan animasi, storytelling, dan aktivitas berbasis pengalaman lebih selaras dengan karakteristik perkembangan anak usia dini yang membutuhkan keterlibatan aktif, stimulasi multisensorik, dan pembelajaran yang bermakna.

Ketiga, tujuan penelitian untuk mengkaji implikasi jangka panjang penggunaan *food pedagogy* berbasis animasi dijawab secara lebih hati-hati. Meskipun sebagian besar studi masih berfokus pada dampak jangka pendek, sejumlah temuan memberikan indikasi bahwa intervensi berbasis animasi berpotensi mendukung pembentukan sikap positif terhadap makanan sehat dan kecenderungan perilaku makan yang lebih baik. Beberapa studi melaporkan peningkatan minat anak terhadap buah dan sayuran serta kemauan untuk mencoba makanan sehat setelah intervensi, yang menunjukkan bahwa media animasi tidak hanya memengaruhi aspek kognitif, tetapi juga aspek afektif. Namun demikian, keterbatasan bukti longitudinal menuntut kehati-hatian dalam menarik kesimpulan mengenai keberlanjutan perubahan perilaku, sehingga temuan ini lebih tepat diposisikan sebagai potensi yang menjanjikan daripada bukti definitif.

Secara interpretatif, hasil kajian menunjukkan bahwa media animasi berfungsi sebagai alat pedagogis yang efektif karena menggabungkan elemen visual, audio, dan narasi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Animasi tidak hanya menyampaikan informasi gizi, tetapi juga membangun keterlibatan emosional anak melalui karakter dan alur cerita yang dekat dengan

pengalaman mereka. Mekanisme ini membantu anak mengaitkan konsep makanan sehat dengan pengalaman belajar yang positif, sehingga memperkuat pembentukan *nutritional literacy* sejak dini. Dengan demikian, animasi berperan sebagai *learning scaffold* yang memudahkan anak memproses konsep gizi yang abstrak menjadi representasi konkret dan bermakna.

Jika dibandingkan dengan studi global, temuan kajian ini menunjukkan konsistensi yang kuat. Penelitian internasional melaporkan bahwa media animasi dan pendekatan visual meningkatkan ketertarikan anak terhadap buah dan sayuran serta mendukung pembentukan perilaku makan sehat (Holley et al., 2017; Bánfai-Csonka et al., 2022). Studi lintas negara juga menunjukkan bahwa aplikasi dan media digital berbasis animasi berkontribusi pada peningkatan praktik makan sehat pada anak usia dini (Vepsäläinen et al., 2022). Konsistensi antara temuan lokal dan global ini memperkuat argumen bahwa *food pedagogy* berbasis animasi merupakan pendekatan yang relevan dan dapat diterapkan di berbagai konteks pendidikan anak usia dini.

Pembahasan ini disusun untuk menelaah secara kritis temuan kajian literatur sistematis berdasarkan tujuan penelitian yang telah dirumuskan. Tujuan pertama penelitian ini adalah menilai efektivitas media cerita video animasi dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini. Tujuan kedua adalah membandingkan luaran pembelajaran antara pendekatan *food pedagogy* berbasis animasi dan pendekatan pembelajaran konvensional. Tujuan ketiga adalah mengkaji implikasi penggunaan *food pedagogy* berbasis animasi terhadap pembentukan sikap dan potensi perilaku makan sehat anak usia dini dalam jangka yang lebih panjang.

Berdasarkan tujuan pertama, hasil kajian menunjukkan bahwa media cerita video animasi secara konsisten efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini. Sebagian besar studi yang dianalisis melaporkan peningkatan pemahaman anak dalam mengenali jenis makanan sehat, manfaat gizi, serta konsep dasar pola makan seimbang setelah intervensi berbasis animasi. Temuan ini menegaskan bahwa animasi bukan sekadar media pendukung, melainkan instrumen pedagogis yang mampu memfasilitasi proses kognitif anak melalui representasi visual dan narasi yang konkret serta sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Terkait tujuan kedua, pembahasan hasil studi komparatif menunjukkan bahwa pendekatan *food pedagogy* berbasis animasi dan pengalaman belajar menghasilkan luaran yang lebih baik dibandingkan pendekatan pembelajaran konvensional. Anak-anak yang terlibat dalam pembelajaran berbasis animasi menunjukkan tingkat pemahaman dan retensi informasi yang lebih tinggi dibandingkan anak yang menerima pembelajaran melalui ceramah atau penjelasan verbal semata. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan inovatif yang mengintegrasikan animasi, *storytelling*, dan aktivitas berbasis pengalaman lebih selaras dengan karakteristik belajar anak usia dini yang membutuhkan keterlibatan aktif dan stimulus multisensorik.

Selanjutnya, pembahasan terhadap tujuan ketiga menunjukkan bahwa meskipun bukti longitudinal masih terbatas, sejumlah studi memberikan indikasi bahwa *food pedagogy* berbasis animasi berpotensi mendukung pembentukan sikap positif terhadap makanan sehat dan kecenderungan perilaku

makan yang lebih baik. Intervensi animasi yang mengangkat karakter, alur cerita, dan situasi yang dekat dengan kehidupan anak terbukti mampu memengaruhi aspek afektif, seperti minat dan kemauan anak untuk mencoba buah dan sayuran. Namun demikian, karena sebagian besar studi berfokus pada dampak jangka pendek, temuan terkait keberlanjutan perilaku makan sehat perlu ditafsirkan secara hati-hati dan diposisikan sebagai potensi yang menjanjikan, bukan kesimpulan final.

Meskipun demikian, kajian ini memiliki sejumlah keterbatasan. Pertama, sebagian besar studi yang dianalisis berfokus pada intervensi jangka pendek, sehingga bukti mengenai keberlanjutan perubahan perilaku masih terbatas. Kedua, terdapat variasi kualitas dan desain media animasi yang digunakan antar studi, yang berpotensi memengaruhi luaran pembelajaran. Ketiga, heterogenitas desain penelitian, indikator *outcome*, serta konteks pelaksanaan membatasi kemungkinan generalisasi temuan dan sintesis kuantitatif. Keempat, sebagian studi belum melibatkan peran keluarga secara sistematis, padahal lingkungan rumah berperan penting dalam pembentukan perilaku makan anak.

Secara teoretis, kajian ini memperkuat kerangka *food pedagogy* dengan menegaskan peran media cerita animasi sebagai penghubung antara aspek kognitif (pengetahuan gizi) dan aspek afektif-perilaku (preferensi dan kecenderungan makan sehat). Temuan ini mendukung pengembangan teori pembelajaran anak usia dini yang menempatkan narasi visual dan pengalaman belajar sebagai komponen utama dalam membangun literasi gizi. Dari perspektif PAUD, hasil kajian ini menunjukkan bahwa animasi dapat diintegrasikan secara efektif dalam pembelajaran gizi apabila dipadukan dengan aktivitas berbasis pengalaman yang sesuai tahap perkembangan anak.

Secara praktis, hasil kajian ini menegaskan bahwa media animasi sebaiknya tidak digunakan sebagai tontonan pasif, melainkan sebagai pemantik aktivitas belajar yang bermakna. Guru PAUD dapat mengintegrasikan video animasi ke dalam kegiatan bermain, diskusi sederhana, dan proyek tematik terkait makanan sehat. Orang tua disarankan mendampingi anak saat mengakses animasi edukatif dan mengaitkannya dengan praktik nyata, seperti memilih buah dan sayur atau menyiapkan bekal sehat bersama.

Pada tingkat kebijakan, pemerintah dan pemangku kepentingan pendidikan dapat mengembangkan modul nasional pendidikan gizi berbasis animasi yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Pelatihan guru PAUD terkait *food pedagogy* dan pemanfaatan media animasi perlu diperkuat, serta produksi konten animasi edukatif lokal yang kontekstual perlu didorong. Selain itu, penelitian lanjutan dengan desain longitudinal dan pelibatan keluarga secara lebih sistematis direkomendasikan untuk menguji keberlanjutan dampak *food pedagogy* berbasis animasi terhadap perilaku hidup sehat anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan SLR terhadap 10 studi terpilih periode 2015–2025, dapat disimpulkan bahwa video cerita animasi secara konsisten efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia dini, menumbuhkan minat terhadap makanan bergizi, serta memperkuat kemampuan anak dalam mengenali

dan memilih opsi makanan sehat, dengan efektivitas yang cenderung lebih unggul dibandingkan pembelajaran konvensional karena mengandalkan pembelajaran visual-naratif yang mendukung atensi, retensi, dan pemaknaan konsep gizi. Temuan lintas studi ini menegaskan kontribusi teoretis pada pengembangan *food pedagogy* PAUD, yaitu bahwa video animasi berfungsi sebagai strategi pedagogis yang mengintegrasikan narasi, pengalaman belajar, dan pembentukan makna, bukan sekadar media penyampai informasi. Secara implementatif, hasil kajian ini menunjukkan bahwa pada level keluarga, pendampingan orang tua saat anak mengakses animasi perlu diarahkan pada dialog sederhana dan praktik nyata agar pengetahuan gizi bertransformasi menjadi kebiasaan, sementara pada level PAUD, video cerita animasi sebaiknya diintegrasikan ke dalam pembelajaran berbasis pengalaman dan dievaluasi tidak hanya pada aspek pengetahuan tetapi juga indikator perilaku sederhana. Pada level kebijakan, diperlukan dukungan terhadap kurasi konten animasi edukasi gizi yang sesuai tahap perkembangan anak, pelatihan guru PAUD dalam implementasi *food pedagogy* berbasis animasi, serta pengembangan konten animasi lokal yang kontekstual. Meskipun demikian, generalisasi temuan tetap perlu dilakukan secara hati-hati mengingat variasi kualitas intervensi dan konteks budaya, sehingga penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain yang lebih kuat, melibatkan *follow-up* jangka panjang, dan menerapkan penilaian kualitas studi untuk memperkuat bukti efektivitas secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada seluruh penulis artikel yang menjadi sumber referensi dalam kajian ini, para pendidik PAUD yang memberikan wawasan lapangan, serta semua pihak yang berkontribusi dalam proses penyusunan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkhalidy, H., Abushaikha, A., Alnaser, K., Obeidat, M. D., & Al-Shami, I. (2021). Nutritional Status of Pre-school Children and Determinant Factors of Autism: A Case-Control Study. *Frontiers in Nutrition*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.627011>
- Amalia, R. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Minat Belajar Siswa Mts Al-Ittihadiyah Bandar Pamah. *Jurnal Komprehensif*, 2(1), 1–10. Retrieved from <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/komprehensif/article/view/434>
- Ares, G., De Rosso, S., Mueller, C., Philippe, K., Pickard, A., Nicklaus, S., van Kleef, E., & Varela, P. (2024). Development of food literacy in children and adolescents: implications for the design of strategies to promote healthier and more sustainable diets. *Nutrition Reviews*, 82(4), 536–552. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad072>
- Arsi, N. A., & Juhana, A. (2025). The Role Of Animation In Enhancing Interactive Learning For Early Childhood The Role Of Animation In Enhancing Interactive Learning For Early Childhood. *Buhuts Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1). <https://doi.org/10.24952/alathfal.v5i1.14243>

- Bánfai-Csonka, H., Betlehem, J., Deutsch, K., Derzsi-Horváth, M., Bánfai, B., Fináncz, J., Podráczky, J., & Csima, M. (2022). Health Literacy in Early Childhood: A Systematic Review of Empirical Studies. *Children*, 9(8), 1131. <https://doi.org/10.3390/children9081131>
- Braga-Pontes, C., Custódio, S., & Graça, P. (2020). Food and Nutrition Education Tools for Preschool Children: Current Needs and Challenges. *Millenium: Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(13), 81–88. <https://doi.org/10.29352/mill0213.08.00331>
- Bremm, D. (2019). Os filmes e jogos didáticos no trabalho educativo com reeducação alimentar. *Revista Insignare Scientia - RIS*, 2(3), 92–102. <https://doi.org/10.36661/2595-4520.2019v2i3.11186>
- DiGirolamo, A. M., Ochaeta, L., & Flores, R. M. M. (2020). Early Childhood Nutrition and Cognitive Functioning in Childhood and Adolescence. *Food and Nutrition Bulletin*, 41(1_suppl), S31–S40. <https://doi.org/10.1177/0379572120907763>
- Holley, C. E., Farrow, C., & Haycraft, E. (2017). A Systematic Review of Methods for Increasing Vegetable Consumption in Early Childhood. *Current Nutrition Reports*, 6(2), 157–170. <https://doi.org/10.1007/s13668-017-0202-1>
- Kamila Cahyani Masdar, A., Belajar Peserta Didik, P., Nadira, L., & Murnika, Y. (2024). Pemilihan Media Pembelajaran Yang Tepat Untuk Meningkatkan Hasil. *Edukasi Elita : Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(3), 76–85. <https://doi.org/10.62383/edukasi.v1i3.243>
- Kustandi, C., Farhan, M., Zianadezdha, A., Fitri, A. K., & L, N. A. (2021). Pemanfaatan Media Visual dalam Tercapainya Tujuan Pembelajaran. *Akademika*, 10(02), 291–299. <https://doi.org/10.34005/akademika.v10i02.1402>
- Nurdiyanti, S. (2019). Implementasi Media Visual Dan Audiovisual Terhadap Pembelajaran Anak Usia Dini Di Era Revolusi Industri 4.0. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*, 2(1), 642–650.
- Oematan, G., Oematan, G., & Mege, S. R. (2023). Audio Visual Nutrition Education and Breakfast Habits in Children. *Mattawang: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 148–153. <https://doi.org/10.35877/454RI.mattawang1785>
- Putri, S. S., Widodo, A., & Wihardi, Y. (2022). The Development of Foodivity Interactive as an Interactive Multimedia to Improve Students' Understanding of Food Nutrition Topic. *Journal of Science Learning*, 5(3), 488–499. <https://doi.org/10.17509/jsl.v5i3.38032>
- Rahmawati, L. A., Puspa, A. R., Alfiah, E., Umami, Z., Sulaeman, S. M., & Rizkiyah, D. (2022). Pemanfaatan Animasi Digital sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Dini di TK Islam Qolbus Salim. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 5(1), 61. <https://doi.org/10.36722/jpm.v5i1.1769>
- St. Pierre, C., Sokalsky, A., & Sacheck, J. M. (2024). Participant Perspectives on the Impact of a School-Based, Experiential Food Education Program Across Childhood, Adolescence, and Young Adulthood. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 56(1), 4–15. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2023.10.012>

- Sukmawati, E., Marzuki, K., Batubara, A., Harahap, N. A., Efendi, E., & Weraman, P. (2023). The Effectiveness of Early Childhood Nutrition Health Education on Reducing the Incidence of Stunting. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4002–4012. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4846>
- Triatmaja, Y. K., Aryotejo, G., Nugraheni, D. M. K., & Noranita, B. (2022). Gamification In E-Learning For Playgroup. *2022 6th International Conference on Informatics and Computational Sciences (ICICoS)*, 146–151. <https://doi.org/10.1109/ICICoS56336.2022.9930568>
- Vepsäläinen, H., Skaffari, E., Wojtkowska, K., Barliska, J., Kinnunen, S., Makkonen, R., Heikkilä, M., Lehtovirta, M., Ray, C., Suhonen, E., Nevalainen, J., Sajaniemi, N., & Erkkola, M. (2022). A Mobile App to Increase Fruit and Vegetable Acceptance among Finnish and Polish Preschoolers: Randomized Trial. *JMIR MHealth and UHealth*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.2196/30352>
- Vidal-Hall, C., Flewitt, R., & Wyse, D. (2020). Early childhood practitioner beliefs about digital media: integrating technology into a child-centred classroom environment. *European Early Childhood Education Research Journal*, 28(2), 167–181. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2020.1735727>
- Winaldo, M. D., & Oktaviani, L. (2022a). Influence of Video Games on the Acquisition of the English Language. *Journal of English Language Teaching and Learning*, 3(2), 21–26. <https://doi.org/10.33365/jeltl.v3i2.1953>