



**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO  
ANIMASI TERHADAP *BODY IMAGE* DI SMA  
LABORATORIUM PERCONTOHAN UPI  
BANDUNG TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**BALQIS RAHMAH SARI**

**1710714043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2021**



**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO  
ANIMASI TERHADAP *BODY IMAGE* DI SMA  
LABORATORIUM PERCONTOHAN UPI  
BANDUNG TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Gizi**

**BALQIS RAHMAH SARI**

**1710714043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2021**

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Balqis Rahmah Sari

NRP : 1710714043

Tanggal : 15 Februari 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 Februari 2021

Yang Menyatakan,



(Balqis Rahmah Sari)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional  
"Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Balqis Rahmah Sari  
NRP : 1710714043  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

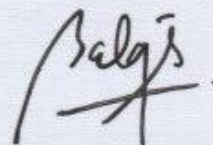
***"Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Animasi Terhadap Body Image di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun 2020"***

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 15 Februari 2021

Yang menyatakan,



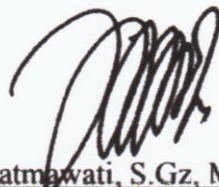
(Balqis Rahmah Sari)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Balqis Rahmah Sari  
NRP : 1710714043  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video Animasi Terhadap *Body Image* di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun 2020

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



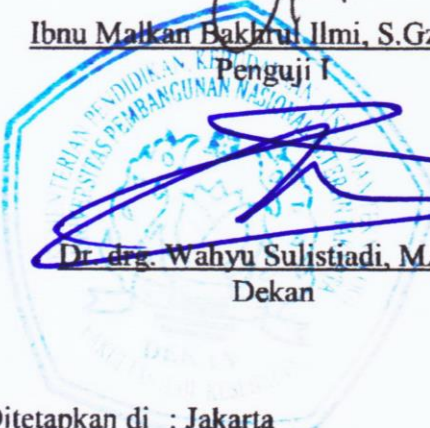
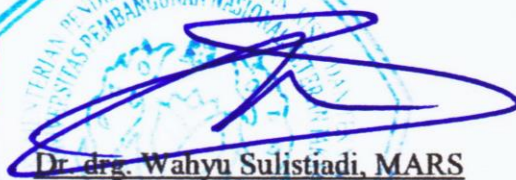
Iin Fatmawati, S.Gz, MPH  
Ketua Penguji



Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz, M.Si  
Penguji I



Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM  
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS  
Dekan



A'immatul Fauziyah, S.Gz, M.Si  
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 15 Februari 2021

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO  
ANIMASI TERHADAP *BODY IMAGE* DI SMA  
LABORATORIUM PERCONTOHAN  
UPI BANDUNG TAHUN 2020**

**Balqis Rahmah Sari**

**Abstrak**

Masa remaja diawali dengan timbulnya tanda-tanda pubertas yang menyebabkan perhatian terhadap *body image* semakin meningkat. Edukasi gizi merupakan salah satu cara menghindari munculnya *body image* negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan persepsi dan pengetahuan *body image*. Penelitian dilakukan menggunakan desain *true experimental* dengan metode uji perbedaan *Wilcoxon* dan uji efektivitas *Mann Whitney*. Persepsi *body image* diukur menggunakan *Figure Rating Scale* (FRS) dan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16) serta pengetahuan *body image* menggunakan kuesioner pengetahuan *body image*. Subjek penelitian siswa SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung tahun 2020 dengan total 55 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi video animasi 29 orang dan kelompok kontrol poster 26 orang. Sampel ditentukan dengan *stratified random sampling* pada 3 angkatan kelas dan penelitian dilakukan selama 1 minggu. Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh edukasi gizi setelah diberikan video animasi dan poster terhadap pengetahuan *body image* ( $P=0,000<0,005$ ), namun tidak ada media yang lebih efektif dibandingkan media lainnya ( $P>0,005$ ). Kesimpulan penelitian adalah ada pengaruh edukasi gizi dengan video animasi dan poster terhadap pengetahuan *body image*, namun tidak ada media yang lebih efektif antara video animasi dan poster.

**Kata Kunci** : Edukasi Gizi, Video Animasi, *Body Image*

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION WITH  
ANIMATED VIDEO ON BODY IMAGE AT SMA  
LABORATORIUM PERCONTOHAN UPI  
BANDUNG IN 2020**

**Balqis Rahmah Sari**

**Abstract**

Adolescence begins with the onset of signs of puberty which causes increased attention to body image. Nutrition education is one way to avoid the emergence of a negative body image. This study aims to determine the effect of nutrition education using animated video media on changes in perceptions and knowledge of body image. The study was conducted using a true experimental design with the Wilcoxon difference test method and the Mann Whitney effectiveness test. Body image perception was measured using the Figure Rating Scale (FRS) and Body Shape Questionnaire (BSQ-16) and body image knowledge using a body image knowledge questionnaire. The research subjects were students of the SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung in 2020 with a total of 55 people divided into 2 groups, namely the animated video intervention group 29 people and the poster control group 26 people. The sample was determined by stratified random sampling in 3 classes and the study was conducted for 1 week. The results of the analysis showed that there was an effect of nutrition education after being given animated videos and posters on body image knowledge ( $P=0.000<0.005$ ), but no media was more effective than other media ( $P>0.005$ ). The conclusion of this research is that there is an effect of nutrition education with animated videos and posters on knowledge of body image, but there is no more effective medium between animated videos and posters.

**Keyword :** Nutrition Education, Animated Video, Body Image

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan September 2020 ini adalah “Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Animasi Terhadap *Body Image* di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun 2020”. Tidak lupa shalawat serta salam tercurah bagi junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan umatnya. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama mengerjakan skripsi ini, yaitu Ibu A’immatul Fauziah, S.Gz, M.Si selaku Kepala Program Studi S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM selaku dosen pembimbing I, Bapak Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si selaku dosen pembimbing II, Ibu Iin Fatmawati, S.Gz, MPH selaku ketua penguji yang telah banyak memberikan saran, bimbingan, dan motivasi bagi penulis. Ucapan terima kasih juga kepada segenap dosen S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta atas ilmu yang diberikan selama perkuliahan, orang tua tercinta penulis Bapak Ardy Aulia dan Ibu Rita Sekar Arum serta adik penulis M. Baiquni Emeralsyah yang telah memberi doa, dukungan moril dan materiil, SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung yang dengan senang hati mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian disana, setiap anggota keluarga besar penulis, teman-teman gizi angkatan 2017 terutama untuk Danyaa, Wilda, Kak Nirma, Arfia, Ayu, Cindy, Riana, Javiera, Safira, Arin; sahabat penulis yaitu Amel dan Tika; oGV AIESEC Department (Muiz, Lusty, Oliv, Carissa, Naura, Radyan, dan Lishera) dan semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan semua atas dukungan dan doa dalam penyusunan skripsi ini.

Jakarta, 15 Februari 2021

Penulis,

Balqis Rahmah Sari



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Remaja .....	7
II.2 Body Image.....	10
II.3 Edukasi .....	16
II.4 Media .....	18
II.5 Pedoman Gizi Seimbang.....	23
II.6 Kerangka Teori .....	27
II.7 Kerangka Konsep.....	28
II.8 Hipotesis .....	28
II.9 Matriks Penelitian Terdahulu .....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	53
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	53
III.2 Desain Penelitian .....	53
III.3 Populasi dan Sampel.....	55
III.4 Pengumpulan Data.....	59
III.5 Etik Penelitian.....	644
III.6 Definisi Operasional .....	65
III.7 Analisis Data.....	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	70
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	70
IV.2 Analisis Univariat .....	71
IV.3 Analisis Bivariat.....	98
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	111

BAB V PENUTUP.....	112
V.1 Kesimpulan .....	112
V.2 Saran.....	113
DAFTAR PUSTAKA .....	115
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	IMT/U Anak Laki-laki (16-18 tahun) .....	25
Tabel 2	IMT/U Anak Perempuan (16-18 tahun) .....	26
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu .....	29
Tabel 4	Model Rancangan <i>Pretest-posttest with Control Group</i> .....	53
Tabel 5	Jumlah Sampel Siswa Per Kelas .....	58
Tabel 6	Definisi Operasional .....	65
Tabel 7	Hasil Validitas FSR .....	66
Tabel 8	Hasil Validitas BSQ .....	66
Tabel 9	Hasil Validitas Kuesioner Pengetahuan .....	67
Tabel 10	Hasil Reliabilitas FSR .....	68
Tabel 11	Hasil Reliabilitas BSQ .....	68
Tabel 12	Hasil Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan .....	68
Tabel 13	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Siswa di SMA Laboratorium UPI Bandung Tahun 2020 .....	71
Tabel 14	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa di SMA Laboratorium UPI Bandung Tahun 2020 .....	72
Tabel 15	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Suku Pada Siswa di SMA Laboratorium UPI Bandung Tahun 2020 .....	73
Tabel 16	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Agama Pada Siswa di SMA Laboratorium UPI Bandung Tahun 2020 .....	74
Tabel 17	Usia Ayah .....	75
Tabel 18	Usia Ibu .....	75
Tabel 19	Pendidikan Ayah .....	76
Tabel 20	Pendidikan Ibu .....	77
Tabel 21	Pekerjaan Ayah .....	78
Tabel 22	Pekerjaan Ibu .....	79
Tabel 23	Pertanyaan Pembuka 1 .....	80
Tabel 24	Pertanyaan Pembuka 2 .....	81
Tabel 25	Pertanyaan Pembuka 3 .....	81
Tabel 26	Distribusi Tingkat Persepsi Body Image Dengan <i>Figure Rating Scale</i> .....	83
Tabel 27	Persepsi Body Image dengan <i>Figure Rating Scale</i> .....	84
Tabel 28	Distribusi Tingkat Persepsi <i>Body Image</i> dengan <i>Body Shape Questionnaire</i> .....	86
Tabel 29	Persepsi Body Image dengan <i>Body Shape Questionnaire</i> .....	88
Tabel 30	Distribusi Tingkat Pengetahuan <i>Body Image</i> dengan Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> .....	90
Tabel 31	Pengetahuan <i>Body Image</i> dengan Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> .....	91
Tabel 32	Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Video Animasi .....	92
Tabel 33	Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Poster .....	95

Tabel 34	Hasil Uji Normalitas Persepsi Body Image Menggunakan <i>Figure Rating Scale</i> Sebelum dan Sesudah Perlakuan .....	98
Tabel 35	Hasil Uji Normalitas Persepsi Body Image Menggunakan <i>Body Shape Questionnaire</i> Sebelum dan Sesudah Perlakuan .....	98
Tabel 36	Hasil Uji Normalitas Persepsi Body Image Menggunakan Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> Sebelum dan Sesudah Perlakuan .....	100
Tabel 37	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Persepsi <i>Body Image</i> Pada Kelompok Video Animasi dan Kelompok Poster Menggunakan <i>Figure Rating Scale</i> .....	101
Tabel 38	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Persepsi <i>Body Image</i> Pada Kelompok Video Animasi dan Kelompok Poster Menggunakan <i>Body Shape Questionnaire</i> .....	103
Tabel 39	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Persepsi <i>Body Image</i> Pada Kelompok Video Animasi dan Kelompok Poster Menggunakan Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> .....	106
Tabel 40	Hasil Uji Efektivitas <i>Mann-Whitney</i> Persepsi <i>Body Image</i> Menggunakan <i>Figure Rating Scale</i> .....	109
Tabel 41	Hasil Uji Efektivitas <i>Mann-Whitney</i> Persepsi <i>Body Image</i> Menggunakan <i>Body Shape Questionnaire</i> .....	109
Tabel 42	Hasil Uji Efektivitas <i>Mann-Whitney</i> Pengetahuan <i>Body Image</i> Menggunakan Kuesioner Pengetahuan <i>Body Image</i> .....	110

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Siluet Stunkard.....	11
Gambar 2	Contoh Media Poster .....	20
Gambar 3	Contoh Media Radio .....	20
Gambar 4	Contoh Media Video Animasi .....	22
Gambar 5	Rumus IMT.....	25
Gambar 6	Kerangka Teori .....	27
Gambar 7	Kerangka Konsep.....	28
Gambar 8	<i>Sample Size Determination in Health Studies</i> .....	58
Gambar 9	Skema prosedur pengumpulan data .....	63
Gambar 10	Denah Lokasi SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung.....	70

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Ethical Clearance
Lampiran 2	Lembar Bimbingan
Lampiran 3	Lampiran Permohonan Ijin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 4	Lampiran Persetujuan Setelah Penjelasan
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 6	Lembar Identitas Responden
Lampiran 7	Lembar FSR
Lampiran 8	Lembar BSQ-16
Lampiran 9	Lembar Kuesioner Pengetahuan Body Image
Lampiran 10	Dokumentasi
Lampiran 11	Media Intervensi
Lampiran 12	Hasil Analisis
Lampiran 13	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 13	Hasil Pengecekan Turnitin