



**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMA NEGERI 1 CIKARANG
UTARA**

SKRIPSI

DINDA LATIFA RINARTO

1710714076

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



**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMA NEGERI 1 CIKARANG
UTARA**

SKRIPSI

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

DINDA LATIFA RINARTO

1710714076

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Dinda Latifa Rinarto

NRP : 1710714076

Tanggal : 16 Februari 2021

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

Jakarta, 16 Februari 2021

Yang Menyatakan,



(Dinda Latifa Rinarto)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Dinda Latifa Rinarto

NRP : 1710714076

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:

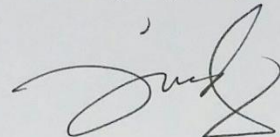
“Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan YouTube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa SMA Negeri 1 Cikarang Utara”

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

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 16 Februari 2021

Yang menyatakan,



(Dinda Latifa Rinarto)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Dinda Latifa Rinarto

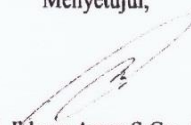
NRP : 1710714076

Program Studi : Gizi Program Sarjana


Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan YouTube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada siswa SMA Negeri 1 Cikarang Utara.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan 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.


Menyetujui,


M. Ikhsan Amar, S.Gz., M.Kes

Ketua Penguji


Lin Fatmawati, S.Gz., MPH


Penguji I


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

Penguji II (Pembimbing)


Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FKES UPNVJ


A'immatul Fauziyah, S.Gz., M.Si

Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 16 – Februari - 2021

PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DAN YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMA NEGERI 1 CIKARANG UTARA

Dinda Latifa Rinarto

Abstrak

Edukasi dengan media sosial Instagram dan YouTube merupakan cara preventif yang menarik bagi remaja, terutama dalam meningkatkan pengetahuan gizi. Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan bahan makanan yang bergizi seimbang, sehingga secara tidak langsung akan berpengaruh pada status gizi remaja. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh media sosial Instagram dan YouTube terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa SMA Negeri 1 Cikarang Utara. Jenis penelitian ini merupakan Quasi-experiment, rancangan *one group pretest-posttest design*. Jumlah responden sebanyak 52 siswa kelas 11 (26 siswa kelompok Instagram; 26 siswa kelompok YouTube) dan diberi intervensi melalui postingan Instagram dan video YouTube masing-masing sebanyak dua kali dalam satu minggu dan diulang selama empat minggu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media sosial Instagram terhadap pengetahuan ($p=0,000$) dan ada pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media sosial YouTube terhadap pengetahuan ($p=0,010$). Kemudian, pemberian edukasi gizi dengan Instagram dapat berpengaruh terhadap pengetahuan sebesar (41,9%) dan dengan YouTube sebesar (24,3%).

Kata Kunci: Edukasi Gizi, Instagram, YouTube, Pengetahuan Gizi Seimbang

THE INFLUENCE OF EDUCATION WITH SOCIAL MEDIA INSTAGRAM AND YOUTUBE ON KNOWLEDGE OF BALANCED NUTRITION OF STUDENTS AT PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL 1 CIKARANG UTARA

Dinda Latifa Rinarto

Abstract

Education with social media on Instagram and YouTube is an interesting preventive way for teenagers, especially in improving nutritional knowledge. Increased knowledge about nutrition can influence attitudes and behavior in the selection of nutritionally balanced food ingredients, so that indirectly will affect the nutritional status of adolescents. This research was conducted to find out the influence of Instagram and YouTube social media on balanced nutrition knowledge in students of SMA Negeri 1 Cikarang Utara. This type of research is Quasi-experiment, with one group pretest-posttest design. The respondents were 52 students, 11th graders (26 students, Instagram groups; 26 students, YouTube groups) and were intervened through Instagram posts and YouTube videos twice each in one week and repeated for four weeks. The results of this study showed that there is an influence of nutrition education with Instagram social media on knowledge ($p= 0.000$) and there is an influence of nutrition education with YouTube social media on knowledge ($p= 0.010$). Then, providing nutrition education with Instagram can affect knowledge by (41.9%) and with YouTube (24.3%).

Keywords: Nutrition Education, Instagram, YouTube, Knowledge of Balanced Nutritio

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulisan skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan YouTube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa SMA Negeri 1 Cikarang Utara.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si., dan Iin Fatmawati, S.Gz., MPH sebagai dosen pembimbing yang telah banyak memberikan dukungan, saran, sumber informasi yang sangat bermanfaat dan apresiasi selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih pula penulis ucapkan kepada M. Ikhsan Amar, S.Gz., M.Kes., sebagai dosen penguji yang telah memberikan waktu, saran, dan apresiasi dalam penyusunan skripsi ini. Kemudian, penulis ucapkan terima kasih kepada pihak SMA Negeri 1 Cikarang Utara yang telah membantu dalam memenuhi penulisan skripsi ini.

Disamping itu, penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada Bapak Sunarto (Ayah), Ibu Rina Haryanti (Umi), Amalia Sekar Ayu Rinarto (Adik), dan Nancy Atthiyyah Putri Rinarto (Adik) yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat, doa dan segala dukungan. Serta tak lupa, teman-teman yang telah memberikan saran, semangat, motivasi, dan mendengarkan segala keluh kesah dalam penulisan.

Jakarta, 16 Februari 2021

Penulis

Dinda Latifa Rinarto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	2
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja	6
II.2 Status Gizi Remaja	7
II.3 Pengetahuan Gizi	11
II.4 Edukasi Gizi.....	14
II.5 Media Sosial	15
II.6 Gizi Seimbang	21
II.7 Matriks Penelitian Pendahulu	26
II.8 Kerangka Teori	28
II.9 Kerangka Konsep.....	29
II.10 Hipotesis Penelitian	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
III.2 Desain Penelitian	30
III.3 Prosedur Penelitian	31
III.4 Populasi dan Sampel.....	32
III.5 Pengumpulan Data.....	36
III.6 Etik Penelitian.....	40
III.7 Definisi Operasional	42
III.8 Analisis Data.....	44
III.9 Jadwal Penelitian	46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	47
IV.2 Uji Validitas Kuesioner	47
IV.3 Uji Reliabilitas Kuesioner.....	48
IV.4 Analisis Univariat	49
IV.5 Analisis Bivariat	53
IV.6 Keterbatasan Penelitian	59
BAB V PENUTUP.....	61
V.1 Simpulan.....	61
V.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori dan Nilai Z-Score Remaja WHO 2007	10
Tabel 2	Terminologi Media Sosial.....	17
Tabel 3	Perbedaan Fitur Utama antara Instagram dan YouTube	20
Tabel 4	Matriks Penelitian Pendahulu	26
Tabel 5	Jadwal Pemberian Materi Edukasi Gizi melalui Instagram	39
Tabel 6	Jadwal Pemberian Materi Edukasi Gizi melalui YouTube	40
Tabel 7	Definisi Operasional	42
Tabel 8	Jadwal Penelitian.....	46
Tabel 9	Hasil Validitas Kuesioner	47
Tabel 10	Hasil Reliabilitas Kuesioner.....	48
Tabel 11	Karakteristik Demografis	49
Tabel 12	Distribusi Rerata Pengetahuan Gizi Seimbang Responden	51
Tabel 13	Distribusi Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang Responden	52
Tabel 14	Uji Normalitas.....	53
Tabel 15	Uji Homogenitas	54
Tabel 16	Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Instagram....	54
Tabel 17	Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi YouTube	55
Tabel 18	Uji Linearitas.....	55
Tabel 19	Pengaruh Edukasi Media Instagram terhadap Pengetahuan Gizi	56
Tabel 20	Pengaruh Edukasi Media YouTube terhadap Pengetahuan Gizi	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tumpeng Gizi Seimbang.....	24
Gambar 2	Isi Piringku: Sekali Makan.....	25
Gambar 3	Kerangka Teori Penelitian.....	29
Gambar 4	Kerangka Konsep Penelitian	30
Gambar 5	One Group Pre-test Post-test Design.....	31
Gambar 6	Teknik Sampling Penelitian	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 3	Kartu Monitor Bimbingan
Lampiran 4	<i>Form Informed Consent</i>
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian
Lampiran 6	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 7	Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 8	Cek Turnitin