



**PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA VIDEO
ANIMASI DAN POSTER TERHADAP CITRA TUBUH,
PENGETAHUAN, DAN SIKAP GIZI SEIMBANG PADA
SISWA SMAN 10 TANGERANG**

SKRIPSI

Karina Ariella Pratiwi

1810714059

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2022**



**PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA VIDEO
ANIMASI DAN POSTER TERHADAP CITRA TUBUH,
PENGETAHUAN, DAN SIKAP GIZI SEIMBANG PADA
SISWA SMAN 10 TANGERANG**

SKRIPSI

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

Karina Ariella Pratiwi

1810714059

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Karina Ariella Pratiwi

NRP : 1810714059

Tanggal : 05 Juli 2022

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

Jakarta, 05 Juli 2022

Yang Menyatakan



(Karina Ariella Pratiwi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Karina Ariella Pratiwi
NRP : 1810714059
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 Melalui Media Video Animasi Dan Poster Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan, Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa SMAN 10 Tangerang”**

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 : 05 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Karina Ariella Pratiwi)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Karina Ariella Pratiwi
NRP : 1810714059
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Dan Poster Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan, Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa SMAN 10 Tangerang

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



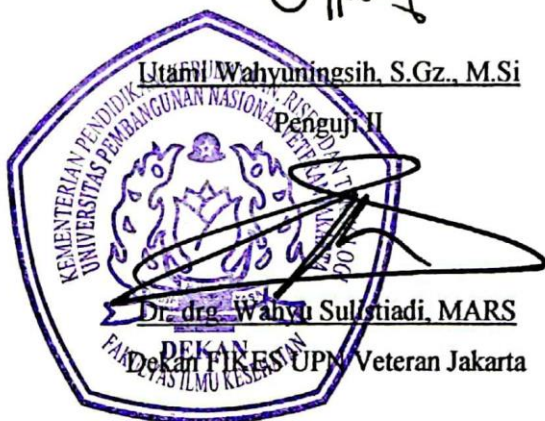
Dian Luthfana Sufyan, S.Gz., M.Gizi

Ketua Penguji



Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si

Penguji II



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPN Veteran Jakarta



Iin Fatmawati, S.Gz., MPH

Dosen Pembimbing



Dr. Nur Intania Sofianita, S. Ikom., MKM

Kepala Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 5 Juli 2022

PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA VIDEO ANIMASI DAN POSTER TERHADAP CITRA TUBUH, PENGETAHUAN, DAN SIKAP GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMAN 10 TANGERANG

Karina Ariella Pratiwi

Abstrak

Permasalahan gizi dapat disebabkan karena kurangnya informasi seseorang terkait gizi. Edukasi gizi merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah gizi yang dapat mengubah pengetahuan seseorang. Edukasi menggunakan media poster dan video animasi merupakan cara yang preventif karena dapat mempermudah penyampaian kesehatan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media video animasi dan poster terhadap citra tubuh, pengetahuan, dan sikap gizi seimbang pada siswa SMAN 10 Tangerang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Quasi Experimental dengan desain two group *pre-test post-test*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 40 responden yang dibagi ke dalam 2 kelompok, yaitu kelompok poster dan kelompok video animasi. Uji statistik pada penelitian ini yaitu uji Wilcoxon dan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan citra tubuh menggunakan media poster dan video animasi ($p\text{-value} < 0.05$). Nilai pengetahuan citra tubuh pada kelompok video animasi lebih tinggi daripada kelompok poster ($p\text{-value} = 0.019$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa media video animasi lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan citra tubuh dibandingkan dengan media poster.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Poster, Video Animasi, Citra tubuh, Gizi Seimbang

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION THROUGH ANIMATED VIDEO AND POSTER TOWARDS BODY IMAGE, KNOWLEDGE, AND ATTITUDES OF BALANCED NUTRITION IN STUDENTS OF SMAN 10 TANGERANG

Karina Ariella Pratiwi

Abstract

Nutritional problems can be caused by a person's lack of information related to nutrition. Nutrition education can be one way to overcome nutritional problems that can change a person's knowledge. Education using posters and animated videos is a preventive way because it can facilitate the delivery of health. This research was conducted to determine the effect of nutrition education through animated video and poster towards body image, knowledge, and attitudes of balanced nutrition in students of SMAN 10 Tangerang. The method used in this research is Quasi Experimental with two group pre-test post-test designs. The sample in this study was 40 respondents who were divided into 2 groups, namely the poster group and the animated video group. The statistical test used is the Wilcoxon test and the Mann-Whitney test. The results showed that there was an effect of nutrition education using posters and animated videos on body image knowledge (p-value <0.05). The value of body image knowledge in the video animation group was higher than the poster group (p-value=0.019). So it can be concluded that animated video media is more effective in increasing body image knowledge compared to poster media.

Keywords: Nutrition Education, Poster, Animated Video, Body Image, Balanced Nutrition

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmat-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Video Animasi Dan Poster Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan, Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa SMAN 10 Tangerang”. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak pernah lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Ibu Iin Fatmawati, S.Gz, MPH selaku dosen pembimbing yang telah memberikan pengarahan, saran, serta dukungan dalam penyusunan skripsi ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen pengajar program studi gizi program sarjana. Di samping itu, ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada orang tua, sahabat, serta teman-teman yang selalu mendukung dan memberikan motivasi kepada penulis. Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena sudah berusaha dan tidak patah semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu, penulis mengharapkan masukan yang dapat membangun skripsi ini.

Jakarta, 7 Maret 2022

Penulis,

Karina Ariella Pratiwi

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	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Remaja.....	7
II.2 Citra Tubuh (<i>Body Image</i>).....	10
II.3 Gizi Seimbang	15
II.4 Edukasi Gizi	19
II.5 Media.....	20
II.6 Video Animasi.....	23
II.7 Poster	24
II.8 Matriks Penelitian Pendahulu.....	25
II.9 Kerangka Teori.....	28
II.10 Kerangka Konsep	29
II.11 Hipotesis.....	29
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 30
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	30
III.2 Desain Penelitian.....	30
III.3 Populasi dan Sampel	31
III.4 Pengumpulan Data	34
III.5 Etik Penelitian	40
III.6 Definisi Operasional.....	41
III.7 Analisis Data	45
III.8 Jadwal Penelitian.....	46
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 47
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
IV.2 Analisis Univariat.....	48

IV.3	Analisis Bivariat	56
IV.4	Keterbatasan Penelitian	72
BAB V PENUTUP.....		74
V.1	Kesimpulan.....	74
V.2	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA		77
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Matriks Penelitian Terdahulu.....	25
Tabel 2.	Definisi Operasional	41
Tabel 3.	Jadwal Penelitian.....	46
Tabel 4.	Distribusi Karakteristik Responden pada siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	48
Tabel 5.	Distribusi Frekuensi Persepsi Body Image menggunakan Figure Rating Scale pada Siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	50
Tabel 6.	Distribusi Frekuensi Persepsi Body Image menggunakan Body Shape Questionnaire pada Siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	50
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Citra Tubuh pada Siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	52
Tabel 8.	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	53
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Sikap Gizi Seimbang pada Siswa SMA Negeri 10 Tangerang Tahun 2022.....	55
Tabel 10.	Analisis Hubungan Variabel Status Gizi dengan Persepsi Body Image	57
Tabel 11.	Analisis Hubungan Variabel Status Gizi dengan Pengetahuan	58
Tabel 12.	Analisis Hubungan Variabel Status Gizi dengan Sikap Gizi Seimbang	58
Tabel 13.	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Persepsi Body Image menggunakan Figure Rating Scale pada Kelompok Poster dan Video Animasi.....	60
Tabel 14.	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Persepsi Body Image menggunakan Body Shape Questionnaire pada Kelompok Poster dan Video Animasi.....	61
Tabel 15.	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Citra Tubuh pada Kelompok Poster dan Video Animasi.....	63
Tabel 16.	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Kelompok Poster dan Video Animasi.....	64
Tabel 17.	Perbedaan Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Sikap Gizi Seimbang pada Kelompok Poster dan Video Animasi.....	66
Tabel 18.	Hasil Uji Efektivitas Mann Whitney Persepsi Body Image menggunakan Figure Rating Scale.....	68
Tabel 19.	Hasil Uji Efektivitas Mann Whitney Persepsi Body Image menggunakan Body Shape Questionnaire.....	69
Tabel 20.	Hasil Uji Efektivitas Mann Whitney Pengetahuan Citra Tubuh.....	69
Tabel 21.	Hasil Uji Efektivitas Mann Whitney Pengetahuan Gizi Seimbang	70
Tabel 22.	Hasil Uji Efektivitas Mann Whitney Sikap Gizi Seimbang.....	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Siluet Stunkard	12
Gambar 2.	Kerangka Teori.....	28
Gambar 3.	Kerangka Konsep	29
Gambar 4.	Rancangan Penelitian	30
Gambar 5.	Mekanisme Pengumpulan Data.....	39
Gambar 6.	Denah Lokasi SMA Negeri 10 Tangerang.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Etik
Lampiran 3	Kartu Monitoring
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
Lampiran 5	Lembar Pernyataan Persetujuan Responden
Lampiran 6	Lembar Identitas Responden
Lampiran 7	Lembar Figure Rating Scale
Lampiran 8	Lembar Body Shape Questionnaire (BSQ)
Lampiran 9	Lembar Pengetahuan Citra Tubuh (Body Image)
Lampiran 10	Lembar Pengetahuan Gizi Seimbang
Lampiran 11	Lembar Sikap Gizi Seimbang
Lampiran 12	Media Intervensi
Lampiran 13	Dokumentasi
Lampiran 14	Hasil Olah SPS
Lampiran 15	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 16	Hasil Turnitin