



**PENGARUH EDUKASI MEDIA *PODCAST* DAN VIDEO
ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI LEBIH
REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA PGRI 3 BOGOR**

SKRIPSI

BAYU ADRIANTO

1810714087

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022



**PENGARUH EDUKASI MEDIA *PODCAST* DAN VIDEO
ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI LEBIH
REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA PGRI 3 BOGOR**

SKRIPSI

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

BAYU ADRIANTO

1810714087

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Bayu Adrianto

NRP : 1810714087

Tanggal : 7 Juli 2022

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

Jakarta, 7 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Bayu Adrianto)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Bayu Adrianto
NRP : 1810714087
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 Media Podcast Dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Gizi Lebih Remaja Usia 16-18 Tahun Di SMA PGRI 3 Bogor”

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 : 7 Juli 2022

Yang menyatakan,


(Bayu Adrianto)

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Bayu Adrianto

NRP : 1810714087

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Judul Skripsi : Pengaruh edukasi media *podcast* dan video animasi terhadap pengetahuan gizi lebih remaja usia 16-18 tahun di SMA PGRI 3 Bogor

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.



Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi
Ketua Penguji



Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes.
Penguji II



Dr. Ibnu Malkan Bakhrol Ilmi, S.Gz., M.Si
Dosen Pembimbing



Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM
Kepala Prodi Gizi Program Sarjana



Dr. Fauzi Sulistiadi, MARS
Dekan FKES UIN Veteran Jakarta

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 07 Juli 2022

PENGARUH EDUKASI MEDIA *PODCAST* DAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI LEBIH REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA PGRI 3 BOGOR

Bayu Adrianto

Abstrak

Latar Belakang : Status gizi lebih dan obesitas di seluruh dunia meningkat hampir tiga kali lipat sejak tahun 1975. Pada tahun 2016, lebih dari 340 juta anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami status gizi lebih dan obesitas. Sebagian besar masalah gizi dapat dihindari apabila seorang individu mempunyai ilmu pengetahuan yang baik mengenai gizi dan mengatur makan. Edukasi gizi diupayakan diberikan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan dan menggunakan media yang menarik agar materi edukasi yang akan disampaikan dapat diterima dengan lebih mudah. Tujuan: mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan mengenai gizi lebih pada remaja 16-18 tahun sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan *podcast* dan video. Metode: Desain penelitian yang digunakan yaitu *quasy experimental* dengan rancangan *pre-post-test group design* melibatkan 80 siswa/i kelas X dan XI yang dipilih dengan *cluster random sampling*. Pengambilan data pengetahuan dilakukan secara daring. Hasil : terdapat perbedaan pengetahuan responden dengan penggunaan media edukasi gizi melalui *podcast* ($p=0,000$) dan video animasi ($p=0,000$). Kesimpulan : terdapat perbedaan tingkat pengetahuan mengenai gizi lebih pada remaja 16-18 tahun sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan video dan *podcast*

Kata Kunci : Edukasi Gizi, Gizi Lebih, *Podcast*, Video

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING PODCAST AND ANIMATED VIDEO ON NUTRITIONAL KNOWLEDGE OF OVERWEIGHT ADOLESCENTS AGED 16- 18 YEARS AT SMA PGRI 3 BOGOR

Bayu Adrianto

Abstract

Background: The nutritional status of overweight and obesity worldwide has almost tripled since 1975. In 2016, more than 340 million children and adolescents aged 5-19 years experienced overnutrition and obesity. Most nutritional problems can be avoided if an individual has good knowledge about nutrition and regulates eating. Nutrition education is provided to increase the level of knowledge and use interesting media so that the educational material to be delivered can be received more easily. **Objective:** Knowing the difference in the level of knowledge about overweight in adolescents 16-18 years before and after being given education with videos and podcasts. **Method :** Quasy experimental study with pre-post-test group design involving 80 students in class X and XI which choosed by cluster random sampling. Knowledge data collected with online method. **Result :**there are a difference knowledge with the use of nutrition education media through podcasts ($p=0.000$) and animated videos ($p=0.000$). **Conclusion:** There are differences in the level of knowledge about overweight in adolescents 16-18 years before and after being given education with videos and podcasts

Keywords : Animated Videos , Nutriton Education, Overweight, Podcast,

KATA PENGANTAR

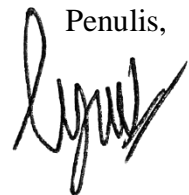
Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan tepat pada waktunya. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah pengaruh edukasi media *podcast* dan video animasi terhadap pengetahuan gizi lebih remaja usia 16-18 tahun di SMA PGRI 3 Bogor

Terima kasih penulis ucapkan kepada kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta atas segala dukungan yang diberikan. Terima kasih juga kepada Bapak Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si selaku dosen pembimbing skripsi serta kepada seluruh dosen Gizi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta karena telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis.

Disamping itu, ucapan terima kasih pun penulis sampaikan kepada ayah, ibu, serta seluruh keluarga yang tiada henti-hentinya atas segala doa dan dukungan yang diberikan. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman – teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam proposal ini baik dari segi isi hingga tata bahasa. Sehingga, kritik dan saran yang membangun diharapkan dari berbagai pihak.

Jakarta, 27 Juni 2022

Penulis,



(Bayu Adrianto)

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.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Remaja	6
II.2 Status gizi.....	7
II.3 Edukasi Gizi.....	9
II.4 Pengetahuan Gizi.....	10
II.5 Media Edukasi.....	12
II.6 Matriks Penelitian.....	16
II.7 Kerangka Teori.....	18
II.8 Kerangka Konsep	19
II.9 Hipotesis Penelitian	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	20
III.2 Desain Penelitian.....	20
III.3 Populasi dan Sampel	20
III.4 Pengumpulan Data	23
III.5 Etik Penelitian.....	24
III.6 Definisi Operasional.....	25
III.7 Analisis Data.....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
IV.1 Gambaran Umum Lokasi.....	27
IV.2 Uji Validitas Kuesioner	27
IV.3 Uji Reliabilitas Kuesioner	28
IV.4 Analisis Univariat	29
IV.5 Analisis Bivariat	31
IV.6 Keterbatasan Penelitian	36

BAB V PENUTUP	37
V.1. Kesimpulan	37
V.2. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	38
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi IMT untuk Indonesia menurut kementrian kesehatan RI	7
Tabel 2 Kategori IMT/U.....	8
Tabel 3 Matriks Penelitian Terdahulu	16
Tabel 4 Materi Media Edukasi.....	23
Tabel 5 Definisi Operasional Variabel.....	25
Tabel 6 Uji Validitas Kuesioner	28
Tabel 7 Uji Reliabilitas	28
Tabel 8 Perbedaan nilai Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah Intervensi	31
Tabel 9 Efektivitas Media Podcast dan Video Animasi	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	18
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	19
Gambar 3 Perhitungan Besar Sampel.....	22
Gambar 4 Lokasi Penelitian	27
Gambar 5 Karakteristik Usia Responden	29
Gambar 6 Karakteristik Jenis Kelamin Responden.....	30
Gambar 7 Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Informed Consent
- Lampiran 4 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Kuesioner
- Lampiran 6 Materi Media Edukasi
- Lampiran 7 Media Video Animasi
- Lampiran 8 Media Podcast
- Lampiran 9 Uji Univariat
- Lampiran 10 Analisis Bivariat
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 12 Hasil Turnitin