



**EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN
MEDIA *YOUTUBE* DAN *ZOOM* TERHADAP PERUBAHAN
PENGETAHUAN SISWA SMP AR RAFI'DRAJAT KOTA
BANDUNG TAHUN 2022**

SKRIPSI

SALISA TAHANY JILAN

1810714041

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



**EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN
MEDIA *YOUTUBE* DAN *ZOOM* TERHADAP PERUBAHAN
PENGETAHUAN SISWA SMP AR RAFI'DRAJAT KOTA
BANDUNG TAHUN 2022**

SKRIPSI

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

SALISA TAHANY JILAN

1810714041

**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 yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Salisa Tahany Jilan

NRP : 1810714041

Tanggal : 09 Juli 2022

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

Jakarta, 09 Juli 2022

Yang menyatakan



(Salisa Tahany Jilan)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Salisa Tahany Jilan
NRP : 1810714041
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:

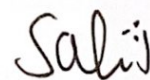
**“Efektivitas Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media *YouTube* dan *Zoom*
Terhadap Perubahan Pengetahuan Siswa SMP Ar Rafi’drajat Kota Bandung
Tahun 2022”**

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 : 09 Juli 2022

Yang menyatakan,



Salisa Tahany Jilan

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Salisa Tahany Jilan

NIM : 1810714041

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Judul Skripsi : Efektivitas Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media
YouTube dan Zoom Terhadap Perubahan Pengetahuan
Siswa SMP Ar Rafi'drajat Kota Bandung Tahun 2022

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.

Sintha Fransiske S. S.Gz., MKM
Ketua Penguji

Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si
Penguji II

M. Ikhsan Afkar, S.Gz., M.Kes
Dosen Pembimbing

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



Dr. Drs. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan FIKES UPNVJ

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 09 Juli 2022

EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA YOUTUBE DAN ZOOM TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN SISWA SMP AR RAFI'DRAJAT KOTA BANDUNG TAHUN 2022

Salisa Tahany Jilan

Abstrak

Pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan untuk mencapai status gizi yang baik. Dalam rangka meningkatkan pengetahuan gizi pada remaja, perlu dilakukannya penyuluhan tentang gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media *YouTube* dan *Zoom* Terhadap Perubahan Pengetahuan pada Siswa SMP Ar Rafi'Drajat Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimen yang dilakukan pada bulan April-Mei 2022 di SMP Ar Rafi'Drajat Kota Bandung dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran distribusi dan analisis bivariat menggunakan uji *Mann Whitney*. Berdasarkan hasil uji bivariat dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pengetahuan menggunakan media *YouTube* dengan nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,000 (*Asymp. Sig.* < 0,05). Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi pada media *Zoom* dengan nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,000 (*Asymp. Sig.* < 0,05). Terdapat perbedaan efektivitas antara media *YouTube* dan *Zoom* dengan nilai *Asymp. Sig.* 0,002 (*Asymp. Sig.* < 0,05). Media *YouTube* lebih efektif apabila dibandingkan dengan media *Zoom*.

Kata Kunci : Gizi Seimbang, Pengetahuan, Remaja, *YouTube*, *Zoom*

THE EFFECTIVENESS OF BALANCED NUTRITION COUNSELING WITH YOUTUBE AND ZOOM MEDIA ON KNOWLEDGE CHANGES IN AR RAFI DRAJAT STUDENTS BANDUNG CITY 2022

Salisa Tahany Jilan

Abstract

Good nutritional knowledge can influence food consumption to achieve good nutritional status. To increase the knowledge of nutrition in adolescents, it is necessary to conduct counseling about balanced nutrition. This study aims to determine the Effect of Balanced Nutrition Counseling with YouTube and Zoom Media on Knowledge Changes in Ar Rafi'Drajat Middle School Students, Bandung City. This study uses a quasi-experimental design carried out in April-May 2022 at Ar Rafi'Drajat Junior High School, Bandung City with a sample of 50 people. Data analysis used univariate analysis to describe the distribution and bivariate analysis used the Mann-Whitney test. Based on the results of the bivariate test, it can be seen that there is a difference in knowledge using YouTube media with the Asymp value. Sig. of 0.000 (Asymp. Sig. < 0.05). There is a difference in knowledge before and after providing education on Zoom media with the Asymp value. Sig. of 0.000 (Asymp. Sig. < 0.05). There is a difference in effectiveness between YouTube and Zoom media with the Asymp value. Sig. 0.002 (Asymp. Sig. < 0.05). YouTube media is more effective when compared to Zoom media

Keywords : Adolescent, Balanced Nutrition, Knowledge, YouTube, Zoom

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga proposal penelitian ini berhasil menyelesaikan penulisan proposal skripsi dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media *YouTube* dan *Zoom* Terhadap Perubahan Pengetahuan Siswa SMP Ar Rafi'Drajat Kota Bandung Tahun 2022”.

Terima kasih saya ucapkan kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom, MKM selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi Program Sarjana UPN Veteran Jakarta. Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing akademik dan dosen penguji saya. Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak M. Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes. selaku dosen pembimbing skripsi atas segala bimbingan yang diberikan mengenai pembuatan proposal penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM sebagai penguji utama saya.

Di samping itu, saya ingin mengucapkan terima kasih juga secara khusus kepada suami saya Mas Aryo Aji Seno, kepada orang tua saya, dan juga kerabat dekat saya `Anak Dewasa Baik` yaitu Nabila Surya, Jido, Natalia, Sherina, Amel, Agista, dan Bilah, serta seluruh teman-teman Ilmu Gizi Program Sarjana UPNVJ angkatan 2018 yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Saya menyadari masih banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini. Oleh karena itu, saya memohon maaf atas kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam pembuatan skripsi ini.

Jakarta, 09 Juli 2022

Penulis

Salisa Tahany Jilan

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	3
I.3 Tujuan Penelitian.....	4
I.4 Manfaat Penelitian.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
II.1 Remaja.....	6
II.2 Gizi Seimbang	7
II.3 Pengetahuan (<i>Knowledge</i>).....	9
II.4 Penyuluhan	12
II.5 Media <i>YouTube</i>	14
II.6 Media <i>Zoom</i>	15
II.7 Matriks Penelitian.....	17
II.8 Kerangka Teori.....	21
II.9 Kerangka Konsep	22
II.10 Hipotesis Penelitian	22
 BAB III METODE PENELITIAN	 23
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	23
III.2 Desain Penelitian	23
III.3 Populasi dan Sampel	24
III.4 Pengumpulan Data	26
III.5 Etika Penelitian.....	29
III.6 Definisi Operasional.....	30
III.7 Analisis Data	31

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
IV.1 Gambaran Umum	32
IV.2 Hasil dan Pembahasan Analisis Univariat.....	33
IV.3 Hasil dan Pembahasan Analisis Bivariat.....	43
IV.4 Keterbatasan Penelitian	48
 BAB V PENUTUP.....	 49
V.1 Kesimpulan.....	49
V.2 Saran	49
 DAFTAR PUSTAKA	 51
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Gizi.....	7
Tabel 2	Matriks Penelitian	17
Tabel 3	Distribusi Jumlah Siswa Per Kelas	25
Tabel 4	Definisi Operasional	30
Tabel 5	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	33
Tabel 6	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 7	Nilai Pretest Tentang Pengetahuan Gizi Seimbang	35
Tabel 8	Kategori Tingkat Pengetahuan Terkait Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	36
Tabel 9	Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Intervensi dengan Media YouTube	38
Tabel 10	Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Intervensi dengan Media Zoom.....	41
Tabel 11	Hasil Uji Normalitas Media YouTube	43
Tabel 12	Hasil Uji Normalitas Media Zoom.....	44
Tabel 13	Hasil Uji Normalitas Posttest Media Youtube dan Media Zoom	44
Tabel 14	Hasil Analisis Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media YouTube ...	45
Tabel 15	Hasil Analisis Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Zoom	46
Tabel 16	Hasil Analisis Efektivitas Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media YouTube dan Zoom.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	21
Gambar 2	Kerangka Konsep	22
Gambar 3	Rancangan Penelitian	23
Gambar 4	Alur Penelitian.....	28
Gambar 5	Letak SMP Ar Rafi'Drajat Kota Bandung.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Etik Penelitian
Lampiran 2	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 4	Lembar Setelah Persetujuan
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 8	Hasil Uji Statistik
Lampiran 9	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 10	Hasil Turnitin