

PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA PENDIDIKAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN SARAPAN PADA REMAJA DALAM SARAPAN DI SMP KOTA DEPOK

Fajar Suci Wulandari

Abstrak

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum sebelum pukul jam 09.00 WIB untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian sebagai pilar gizi seimbang dalam mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan penggunaan media pendidikan terhadap pengetahuan dan kebiasaan pada remaja dalam sarapan di SMP Kota Depok. Desain pada penelitian ini adalah quasi eksperimental. Subjek penelitian adalah anak sekolah menengah pertama berjumlah 106 responden dari tiga sekolah di Kota Depok dengan menggunakan *purposive sampling*. Media yang digunakan dalam intervensi adalah *power point*, *power point* dan leaflet, dan *power point* dan komik. Hasil analisis ragam menunjukkan bahwa jenis media pendidikan berpengaruh terhadap skor pengetahuan dan kebiasaan sarapan. Media *power point* dan komik mempunyai skor pengetahuan tertinggi sebelum intervensi yaitu 39.94 dan setelah intervensi 42.03. Presentase responden yang memiliki kebiasaan sarapan sebelum intervensi sebesar 58.5% dan meningkat menjadi sebesar 84% setelah intervensi. Media pendidikan dengan *power point* dan komik memberikan perubahan peningkatan pengetahuan dan kebiasaan sarapan pada anak sekolah. Penggunaan media yang lebih menarik dengan memperhatikan isi yang akan disampaikan pada anak sekolah mampu menerapkan kebiasaan sarapan dengan baik

Kata Kunci : Pengetahuan, Kebiasaan Sarapan, Ketertarikan Media

THE DIFFERENT OF USED EDUCATION MEDIA TO KNOWLEDGE AND BREAKFAST HABBIT FOR TEENAGERS IN SMP DEPOK CITY

Fajar Suci Wulandari

Abstract

Breakfasting is a activity of eating and drinking before 9 AM for daily nutritional needs to teenagers met as the pillar of balanced nutrition for healthy life, energetic and smart. Purpose of this research for analyzed the difference of using education media to education and breakfast habbit of teen for in SMP Kota Depok. Design in this research used quasi eksperimental. Subject of this research are 106 students from three junior high school in Kota Depok and used purposive sampling. In intervention using media like power point and leaflet and also power point and comic. The result showed that type of education having effect for score of knowledge and habbit of breakfast. Power point and comic having highest score of knowledge before intervention, there are 39,94 and after intervention 42,03. Percentage of respondents who always breakfast before intervention is 58,5% and increased to 84% after intervention. The media for education with power point and comic given changed of increased the knowledge and habbit of breakfast in students. Using interested media with giving attention of the contents will made the students have a habbit of breakfast.

Keywords : Knowledge, Breakfast Habbit, Media Interest