

SKRIPSI



**PENGARUH MEDIA *POP UP BOOK* TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG GIZI
SEIMBANG PADA REMAJA (16-18 TAHUN) DI SMA
NEGERI 1 SLOGOHIMO TAHUN 2020**

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

**OLEH
NOVIA PUSPITA
1605025066**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN TIM PEMBIMBING

Nama : Novia Puspita

NIM : 1605025066

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : *Pengaruh Media Pop Up Book terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Remaja (16 – 18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020*

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 18 September 2020

TIM PEMBIMBING

Pembimbing I : Mohammad Furqan, S.KM., M.KM. ()

HALAMAN PENGESAHAN TIM PEMBIMBING

Nama : Novia Puspita

NIM : 1605025066

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : *Pengaruh Media Pop Up Book terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Remaja (16 – 18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020*

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 14 September 2020

TIM PEMBIMBING

Pembimbing II : Nursyifa Rahma Maulida, M.Gizi

(*Srf*)

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Novia Puspita

NIM : 1605025066

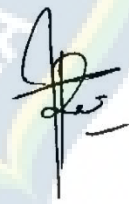
Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : *Pengaruh Media Pop Up Book terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Remaja (16 – 18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020*

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 14 September 2020

TIM PENGUJI

Penguji I : Leni Sri Rahayu, S.KM., M.P.H. ()

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Novia Puspita

NIM : 1605025066

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : *Pengaruh Media Pop Up Book terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Remaja (16 – 18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020*

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 7 September 2020

TIM PENGUJI

Penguji II : Elia Nur A Yunin, M.K.M.



)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI

Skripsi, September 2020

Novia Puspita,

“Pengaruh Media *Pop Up Book* terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Remaja (16-18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo Tahun 2020”

xviii + 129 halaman, 13 tabel, 8 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

Remaja rentan akan kesehatannya yang berhubungan dengan perilaku makan, bahkan dampak panjang mengakibatkan produktivitas menurun saat usia semakin bertambah sehingga perlu adanya intervensi gizi. *Pop up book* merupakan gabungan pendidikan dan kesenian yang digunakan sebagai media intervensi dengan sajian yang lebih menarik dan praktis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja (16 -18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy experiment design* dengan metode *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII yang berjumlah 46 siswa di SMA Negeri 1 Slogohimo, Wonogiri. Penelitian dilakukan kepada 46 siswa dengan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Media intervensi gizi yang digunakan adalah *pop up book* yang berjudul “Cegah *Stunting* Sejak Dini Gizi Seimbang untuk Remaja”. Berdasarkan uji statistik, pada kelompok *pop up book* menggunakan uji *paired sampels t test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan skor pengetahuan *pretest* dan *posttest* ($p 0,000$) dan *leaflet* menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan skor pengetahuan *pretest* dan *posttest* ($p 0,000$). Selanjutnya, ada pengaruh pengetahuan remaja setelah diberikan intervensi pada kelompok *pop up book* dan *leaflet* ($p 0,007$).

Kata Kunci : *Pop Up Book*, Remaja Pengetahuan, Gizi Seimbang

**UNIVERSITY MUHAMMADIYAH PROF.DR.HAMKA
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NUTRITIONAL DROUPS PROGRAM**

Skripsi, September 2020

Novia Puspita,

"The Effect of Pop Up Book Media on Increasing Knowledge about Balanced Nutrition in Adolescents (16-18 years) in Slogohimo 1 High School in 2020"

xviii + 129 pages, 13 tables, 8 pictures + 11 attachments

ABSTRACT

Adolescents are susceptible to health related to eating behavior, even the long effects result in decreased productivity as they get older so there is a need for nutritional intervention. Pop up book is a combination of education and art which is used as a medium of intervention with a more interesting and practical presentation. The purpose of this study was to determine the effect of nutritional interventions with pop up book media on increasing knowledge about balanced nutrition in adolescents (16 -18 years old) at SMA Negeri 1 Slogohimo in 2020. The design used in this study was quasy experiment design with purposive sampling method. The population in this study was class XII students, amounting to 46 students in SMA Negeri 1 Slogohimo, Wonogiri. The study was conducted on 46 students using a questionnaire before and after the intervention. The nutritional intervention media used is a pop up book entitled "Preventing Stunting from an Early Childhood Balanced Nutrition". Based on statistical tests, in the case group using the paired sample t test showed a significant difference in the pretest and posttest knowledge score (p 0,000) and the control using the Wilcoxon test showed a significant difference in the pretest and posttest knowledge score (p 0,000). Furthermore, there is an influence of adolescent knowledge after being given intervention in the case and control groups (p 0.007).

Keywords: Pop Up Book, Youth Knowledge, Balanced Nutrition

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI	v
RIWAYAT HIDUP	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	6
A. Remaja.....	6
1. Definisi.....	6
2. Masalah Gizi Remaja	6
B. Pengetahuan Gizi.....	10
1. Pengertian Pengetahuan Gizi	10
2. Tingkatan Pengetahuan	10
3. Faktor-fakor yang Mempengaruhi Pengetahuan	11
C. Pendidikan Kesehatan/Intervensi	15
1. Pengertian Pendidikan Kesehatan	15

2. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan.....	16
4. Metode Pendidikan Kesehatan.....	17
D. Gizi Seimbang	23
E. Kerangka Teori.....	31
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS.....	32
A. Kerangka Konsep Penelitian	32
B. Definisi Operasional.....	32
C. Hipotesis.....	32
BAB IV METODE PENELITIAN	33
A. Rancangan Penelitian	33
B. Lokasi dan Waktu.....	33
C. Populasi dan Sampel	33
1. Populasi	33
2. Sampel.....	33
D. Teknik Pengambilan Sampel dan Pengelompokan Sampel	34
E. Sumber Data.....	36
1. Data Primer	36
2. Data Sekunder	36
F. Instrumen Penelitian.....	36
1. Kuesioner	36
2. <i>Pop Up Book</i>	37
G. Pelaksanaan Kegiatan.....	38
H. Uji Validitas dan Reabilitas.....	43
I. Metode Pengolahan Data	45
J. Teknik Pengolahan Data	48
K. Analisis Data	48
1. Analisis Univariat.....	48
2. Analisis Bivariat.....	48
BAB V HASIL PENELITIAN.....	49
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	49
1. Sejarah.....	49
2. Visi dan Misi	49

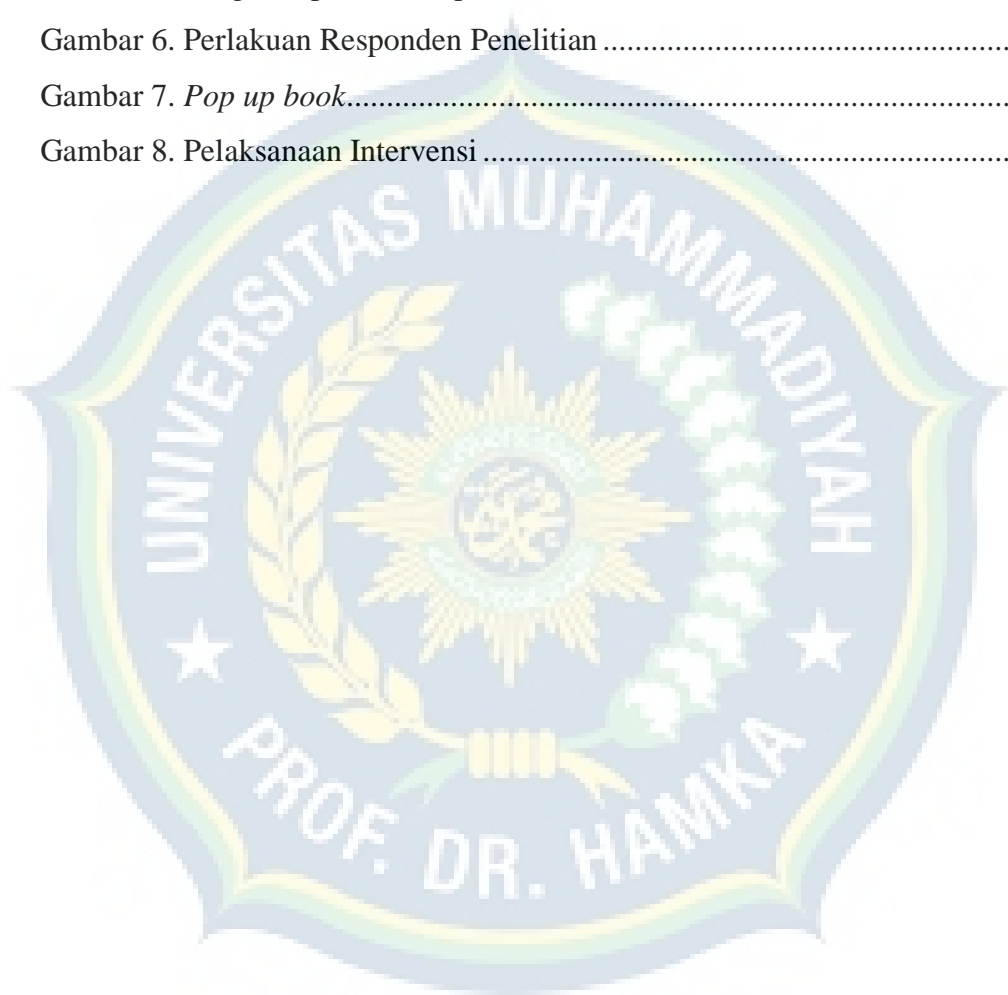
B. Karakteristik Responden	50
1. Karakteristik Responden	50
2. Perbedaan Skor Pengetahuan <i>Pretest</i> pada Kelompok <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	51
3. Sebaran Jawaban Benar <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Intervensi Gizi Seimbang Menggunakan Media <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	52
4. Selisih Peningkatan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	55
5. Skor Pengetahuan Total pada Kelompok <i>Leaflet</i>	55
6. Skor Pengetahuan Total pada Kelompok <i>Pop up book</i>	56
7. Analisis Perbedaan Pengetahuan pada Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi	57
BAB VI PEMBAHASAN.....	59
A. Karakteristik Responden	60
B. Pengetahuan Gizi saat <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	61
C. Peningkatan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	62
D. Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Kelompok <i>Pop up book</i> dan <i>Leaflet</i>	63
1. Pengetahuan tentang Makan Makanan Beranekaragam	63
2. Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	64
3. Pengetahuan tentang Aktifitas Fisik.....	64
4. Pengetahuan tentang Pentingnya Memantau Berat Badan.....	65
E. Analisis Pengaruh Media <i>Pop up book</i> dan <i>Leaflet</i> terhadap Peningkatan Pengetahuan pada Remaja.....	65
F. Keterbatasan Penelitian	67
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	68
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional	32
Tabel 2. Deskripsi Perancangan <i>Pop up book</i>	38
Tabel 3. Isi <i>Pop up book</i>	39
Tabel 4. Karakteristik Responden.....	45
Tabel 5. Distribusi Data Berdasarkan Karakteristik Responden.....	50
Tabel 6. Analisis Perbedaan Skor <i>Pretest</i> pada Kelompok <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	51
Tabel 7. Sebaran Jawaban Benar <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Intervensi Gizi Seimbang Menggunakan Media <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	52
Tabel 8. Selisih Peningkatan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok <i>Leaflet</i> dan <i>Pop up book</i>	55
Tabel 9. Skor Pengetahuan Total pada Kelompok <i>Leaflet</i>	55
Tabel 10. Skor Pengetahuan Total pada Kelompok <i>Pop up book</i>	56
Tabel 11. Hasil Analisis Perbedaan Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah pada Kelompok <i>Pop up book</i>	57
Tabel 12. Hasil Analisis Perbedaan Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan intervensi pada Kelompok <i>Leaflet</i>	57
Tabel 13. Hasil Analisis Pengaruh Intervensi Gizi dengan Media pada <i>Pop up book</i> dan <i>Leaflet</i> terhadap Peningkatan Pengetahuan Setelah Diberikan Intervensi.....	58

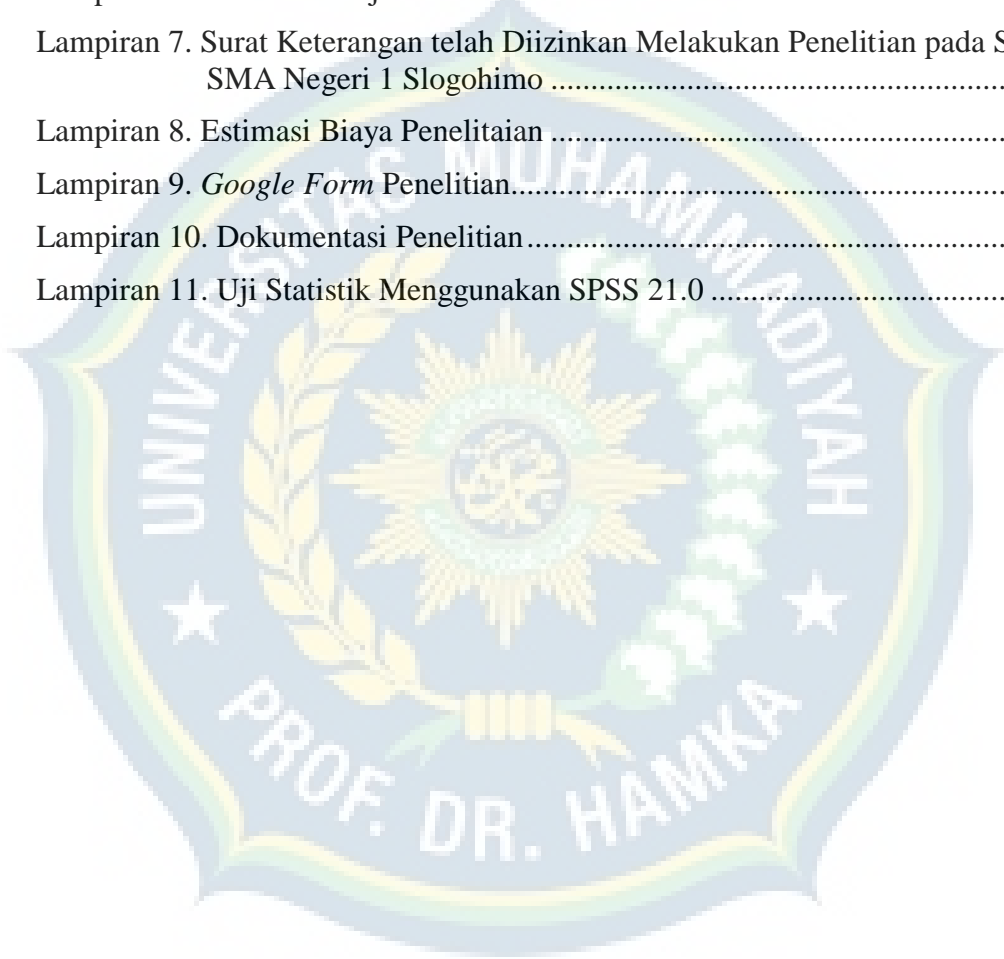
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Isi Piringku	24
Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian.....	31
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian	32
Gambar 4. Desain <i>Quasi Eksperiment</i>	33
Gambar 5. Pengelompokan Sampel	34
Gambar 6. Perlakuan Responden Penelitian	35
Gambar 7. <i>Pop up book</i>	37
Gambar 8. Pelaksanaan Intervensi	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian Pengetahuan Remaja terkait Gizi Seimbang ..	77
Lampiran 2. Kuesioner Validasi Media <i>Pop up book</i>	82
Lampiran 3. Isi Media <i>Pop up book</i>	84
Lampiran 4. Isi Media <i>Leaflet</i>	90
Lampiran 5. Time Table Penelitian	98
Lampiran 6. Surat Persetujuan Etik	99
Lampiran 7. Surat Keterangan telah Diizinkan Melakukan Penelitian pada Siswa SMA Negeri 1 Slogohimo	100
Lampiran 8. Estimasi Biaya Penelitaian	101
Lampiran 9. <i>Google Form</i> Penelitian	102
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	104
Lampiran 11. Uji Statistik Menggunakan SPSS 21.0	105



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak–kanak kemasa dewasa dengan batasan usia 10–18 tahun, dimana secara fisik akan mengalami perubahan yang spesifik dan secara psikologik akan mulai mencari identitas diri (Ningsih, 2018). Pertumbuhan fisik pada remaja menyebabkan mereka membutuhkan asupan nutrisi yang lebih besar untuk berbagai kegiatan, baik itu kegiatan sekolah maupun olahraga (Jafar, 2012). Masalah gizi pada remaja seperti gizi kurang (*underweight*), gemuk (*overweight*), obesitas dan anemia diakibatkan oleh asupan gizi yang tidak cukup, yaitu antara asupan gizi dengan kecukupan gizi tidak sesuai dengan yang dianjurkan (Najahah, 2018).

Menurut Riskesdas tahun 2018, diketahui presentase obesitas sentral pada usia >15 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2007, 2013 dan 2018 berturut-turut sebesar 18,8%, 26,6%, 31,0% dalam kategori tinggi karena prevalensi <30% menurut WHO (Kemenkes RI, 2018b). Berdasarkan Riskesdas Jawa Tengah tahun 2018, prevalensi remaja (16-18 tahun) pada indeks IMT/U yaitu kurus 5,86% dan gemuk 12,04% dalam kategori ringan karena prevalensi <20% (Kemenkes RI, 2019). Kabupaten Wonogiri, prevalensi remaja (16-18 tahun) berdasarkan indeks IMT/U yaitu kurus sebesar 7,33%, gemuk sebesar 10,48% dan Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebesar 19,47% kategori ringan (Kemenkes RI, 2019).

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi pada remaja adalah rendahnya pengetahuan gizi seimbang dibuktikan dengan kebiasaan makan yang salah (Sutrio, 2017). Remaja cenderung memiliki perilaku makan yang semaunya sendiri selagi enak dilidah tanpa memperhatikan kecukupan gizi yang mereka butuhkan. Tidak heran apabila remaja rentan akan kesehatannya yang berhubungan dengan perilaku makan, bahkan dampak panjang mengakibatkan produktivitas menurun saat usia semakin bertambah (Wiradijaya et al, 2020).

Rendahnya pengetahuan anak tentang gizi seimbang dapat dilihat berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni & Fransiske (2018) menunjukkan rata-rata skor pengetahuan remaja sebelum intervensi $50,3 \pm 9,1$. Hal ini serupa dengan penelitian Irnani & Sinaga (2017) menunjukkan bahwa skor pengetahuan remaja sebelum intervensi dengan nilai rata-rata *pretest* subjek adalah $57,5 \pm 12,4$. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan remaja mengenai gizi seimbang masih tergolong rendah.

Berdasarkan hal tersebut mendorong peneliti untuk memberikan intervensi gizi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang remaja. Hal ini dikarenakan pengetahuan gizi yang baik merupakan faktor penting dalam menentukan sikap dan perilaku remaja terhadap makanan (Sulistyoningsih, 2012). Semakin memiliki pengetahuan gizi yang baik, seorang individu akan semakin mempertimbangkan jenis dan kualitas makanan yang akan dipilih untuk dikonsumsi (Maulana et al., 2013). Intervensi bisa dilakukan dengan bantuan media, yang akan mempermudah dan memperjelas *audiens* dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu, media juga dapat membantu edukator dalam menyampaikan materi (Safitriet al., 2016).

Pemilihan media untuk intervensi gizi dapat dilihat dari segi media yang menarik, tepat dan mudah dipahami bagi anak remaja. Salah satunya adalah *pop up book*, namun di Indonesia sendiri *pop up book* dalam dunia pendidikan bisa terbilang hal yang langka digunakan, sebab selama peneliti mencari referensi dari berbagai sumber cetak maupun elektronik *pop up book* hanya sedikit yang menggunakan dalam pendidikan, terlebih untuk media pendidikan gizi (Nariswari, 2018). *Pop up book* yang mempunyai visual gerak 3D ketika halaman dibuka, dan juga memiliki visual gambar yang nampak hidup juga dapat ditegakan (Suci, 2020).

Media *pop up book* dapat digunakan sebagai salah satu media pembelajaran guna mengintervensi mengenai gizi seimbang pada remaja, keunikan *pop up book* dengan kalimat serta gambar yang menarik sehingga dapat membantu remaja dalam menyerap informasi serta pengetahuan yang

ada didalamnya, remaja akan dapat dengan mudah mengingat dan memahami pengetahuan gizi seimbang guna mencegah masalah gizi.

Penggunaan *pop up book* sebagai media belajar dibuktikan pada penelitian Devi & Maisaroh (2017) yang menjelaskan bahwa reaksi siswa pada penggunaan media pembelajaran *pop up book* mendapat reaksi baik dari siswa selain itu juga dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Penggunaan *pop up book* sebagai media intervensi gizi diharapkan dapat menarik minat remaja untuk belajar, sehingga aktifitas belajar siswa tidak monoton.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ ۗ
وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya : "Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, "Berilah kelapangan didalam majelis, maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan berdirilah kamu, maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat derajat orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu beberapa derajat". [Q.S Al-Mujadalah ayat 11]. Berdasarkan ayat tersebut, Allah berjanji akan memberikan kelapangan dan mengangkat derajat orang-orang berilmu, sehingga kita sebagai manusia diserukan untuk terus belajar.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja (16-18 tahun) di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja di SMA Negeri 1 Slogohimo tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perbedaan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media *pop up book*.
- b. Mengidentifikasi perbedaan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media *leaflet*.
- c. Menganalisis perbedaan pengaruh media *pop up book* dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja sesudah diberikan intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instusi (Dinas Kesehatan)

Memberikan intervensi yang tepat terkait peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang dalam upaya pencegahan *stunting*.

2. Bagi Institusi (Dinas Pendidikan)

Menambah pilihan media *pop up book* sebagai pembelajaran sekolah terkait dengan pengetahuan tentang gizi seimbang.

3. Bagi Responden

Intervensi gizi dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang sehingga dapat mengoptimalkan status gizi normal.

4. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang gizi seimbang serta memberikan suatu gambaran tentang pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan remaja.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi gizi dengan media *pop up book* terhadap peningkatan pengetahuan terkait gizi seimbang

pada remaja. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus tahun 2020 di SMA Negeri 1 Slogohimo. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan metode *purposive sampling*. Responden yang diambil adalah 46 orang yang dibagi menjadi dua kelompok sama rata yaitu kelompok *pop up book* dan kelompok *leaflet*. Teknik pengambilan data dilakukan melalui wawancara dan menggunakan kuesioner untuk selanjutnya dianalisis univariat dan bivariat menggunakan perangkat lunak SPSS 21.



DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, Prihatini, S., & Hermina. (2016). Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(2), 117–126.
- Agustina, & Permatasari, P. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Penerapan Pesan Gizi Seimbang pada Remaja dalam Pencegahan Anemia Gizi Besi. *Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 1–9.
- Ali, R., & Nuryani. (2018). Sosial Ekonomi, Konsumsi Fast Food dan Riwayat Obesitas sebagai Faktor Risiko Obesitas Remaja. *Media Gizi Indonesia*, 13(2018), 123–132. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.123>
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andarmoyo, S. (2015). *Pemberian Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Efektif dalam Peningkatan Pengetahuan Perilaku Pencegahan Tuberkulosis Paru di Kabupaten Ponorogo*. (November), 600–605.
- Anggraeni, L. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan Orang Tua terhadap Pendidikan Seksual pada Anak Usia Dini di Sekolah Dasar Kartika VIII-5 Jakarta Selatan. *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 23–28. <https://doi.org/10.29313/ga.v1i2.3383>
- Anggraeni, N., & Fransiske, S. (2018). *Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Menggunakan Media Komik terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Kelas 5 Sekolah Dasar di SD N Ciriung 02 Cibinong Tahun 2017*. 2(November), 60–67.
- Angke, M., Utara, J., Kualitatif, S., & Mustikawati, I. S. (2017). *Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada Ibu-Ibu di Kampung Nelayan*. 2.
- Annisa, F. N. (2017). *Peningkatan Kemampuan Penguasaan Kosa Kata Melalui Penggunaan Media Pop-Up pada Siswa Tunarungu kelas 1 SLB Damayanti, Sleman*.
- Arimurti, D. I. (2012). *Pengaruh Pemberian Komik Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SDN Sukasari 4 Kota Tangerang Tahun 2012*. Universitas Indonesia.
- Arsani, N. L. K. A., Agustini, N. N. M., & Purnomo, I. K. I. (2013). *Peranan Program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja di Kecamatan Buleleng*. 2(1), 129–208.
- Arum, R. A. S., & Yuanta, F. (2019). Pengaruh Media Pop up book terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Tema Indahnya Keragaman di Negeriku. *Sosial Dan Humaniora*, 5, 1–8.

- Asrori, M., & Ali, M. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ayudiah, F. (2017). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja tentang Mandi Besar pada Siswi SMA 7 Muhammadiyah Yogyakarta*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Azadirachta, F. L., & Sumarmi, S. (2018). Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan dan Praktik Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 107. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.107-115>
- Azhari, M. A., & Fayasari, A. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi terhadap Pengetahuan Sikap dan Perilaku Sarapan serta Konsumsi Sayur Buah. *Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 55–61.
- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>
- Casnuri, & Sari, T. (2015). *Hubungan antara Karakteristik Ibu Hamil terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pemberian Vitamin K pada Bayi Baru Lahir*.
- Depkes RI. (2011). *Riset Kesehatan Dasar 2010*. Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI.
- Devi, & Maisaroh. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Buku Pop-up Wayang Tokoh Pandhawa pada Mata Pelajaran Bahasa Jawa Tingkat V SD. *PGSD Indonesia*, 3(2).
- Dewi, Y. F., & Puspitasari, D. I. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Gizi Kurang di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 58–67. Retrieved from <http://journals.ums.ac.id/index.php/JK/article/view/5493/3575>
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Djijar, C. D. (2015). *Efektivitas Media Pop Up Book dalam Meningkatkan Kemampuan Membaca Cerita Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Kelas I Sekolah Dasar Brawijaya Smart School Malang*. Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Fallen, & Frey, B. (2011). *Child Depression Inventory*. Encyclopedia of Mental Disorders.
- Fatimah, A. S. (2015). *Media Pop Up Book Meningkatkan Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) 2014*.

- Fauziatin, N., Kartini, A., & Nugraheni, S. . (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Lembar Balik Tentang Pencegahan Stunting Pada Calon Pengantin. *Kesehatan Masyarakat*, 224–233.
- Fikawati, S., & Syafiq, A. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Firmansyah, & Langgeng, A. (2017). *Pengembangan Media Pop-up Ornamen Klasik dalam Mata Pelajaran Kekriyaan di SMK Negeri 1 Dlingo*.
- Hafid, W., & Hanapi, S. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–5.
- Hasanah, U. (2019). *Pengaruh Media Pop Up Book terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran IPA Kelas V SD Negeri 99 Kota Bengkulu*. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.
- Indriwati, S. E. (2015). Pengembangan Model Pendidikan Karakter Nilai-nilai Hidup Sehat Melalui Pemanfaatan Potensi Wanafarma Untuk Meningkatkan Mutu Kesehatan Masyarakat Miskin di Kabupaten Malang. *International Conference on Ocean Environment and Ecotoxycologi (ICOEE)*.
- Irnani, H., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan, Praktik Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.58-64>
- Irren Syahriyanti. (2016). *Pengaruh Media Scrapbook terhadap Hasil Belajar IPS Siswa Kelas XI Akuntansi di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*. Universitas Lampung.
- Iryanti, N. P. (2015). *Hubungan Status Gizi dan Kejadian Anemia dengan Kesegaran Jasmani pada Remaja Putri Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Jafar, N. (2012). *Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja*. Universitas Hasanuddin.
- Kemenkes RI. (2013). *Panduan Penyelenggaraan Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS) Ke-6*. Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2014a). *Buku Foto Makanan (Porsimetri)*.
- _____. (2014b). *Leafet Isi Piringku*.
- _____. (2014c). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- _____. (2014d). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014*. 1–96.

_____ (2014e). *Riset Kesehatan Dasar 2013*.

Kemendes RI. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemendes RI. (2018a). Buku saku pemantauan status gizi. *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*, 7–11.

_____. (2018b). *Hasil Utama Riskesdas 2018*.

Kemendes RI. (2019). *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*. Balitbangkes Kemendes RI.

Khotimah, H., Ginting, M., & Jaladri, I. (2019). *Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Facebook terhadap Pengetahuan Anemia dan Konsumsi Protein, Zat Besi, dan Vitamin C pada Remaja Putri*. 2(1), 1–5.

Lembeng, F. A., & Nasution, D. M. (2019). Gambaran Minat, Media Informasi, dan Sosial Budaya terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi tentang Kanker Payudara dan Kanker Serviks Di SMA N Unggul Kota Subulussalam. *Ibnu Sina Biomedika*, 3(1), 66–72.

Machfoedz, Ircham, & Suryani, E. (2013). *Pendidikan Kesehatan Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.

Mardiah. (2017). *Pengembangan Media Buku Pop-Up untuk Meningkatkan Keterampilan Menulis Cerita bagi Siswa Tunarungu kelas IV SLB B Karnamnosshara Sleman, Yogyakarta*.

Maulana, L. O. A. M., Sirajuddin, S., & Najamuddin, U. (2013). *Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Tindakan terhadap Status Gizi Siswa SD Inpres 2 Pannampu*.

Meidiana, R., Symbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. *Kesehatan*, 9(3), 478–484.

Meyske, M. K., Hendro, B., & Jill, L. (2017). Hubungan Obesitas dengan Harga Diri Pada Remaja di SMA Negeri 1 Limboto, Kecamatan Limboto, Kabupaten Gorontalo. *Keperawatan*, 5(1), 1–7.

Mubarok, W. I. (2012). *Promosi Kesehatan Untuk Kependidikan*. Jakarta: Salemba Medika.

Mustikaningsih, D., & Kurdanti, W. (2015). Risk Factors For Obesity In Adolescent. *Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179–190.

Najahah, I. (2018). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang pada Remaja Putri terhadap

- Tingkat Pengetahuan Remaja Putri di Pondok Pesantren Islam NW Penimbung. *Media Bina Ilmiah*, 12(10), 467–474.
- Nariswari, R. S. (2018). *Pengembangan Media Buku Pop-Up untuk Pembelajaran Keterampilan Berbicara Bahasa Prancis Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Klaten* (Universitas Negeri Yogyakarta). <https://doi.org/10.1093/imamci/dnt037>
- Ningrum, N., Ambarwati, R., & Sulistyowati, E. (2019). Pengaruh Konseling dengan Media Booklet Terhadap Konsumsi Sayur Buah Dan Fast Food Pada Remaja Obesitas. *Riset Gizi*, 7(2), 115–119.
- Ningsih, T. H. S. (2018). Pengaruh Edukasi Pedoman Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kurus. *Journal Of Midwifery Science*, 2(2), 90–99.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Prinsip-Prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviyanti, L. (2013). Keefektifan Penggunaan Kartu Bergambar Berbentuk Pop Up Card pada Pembelajaran Siswa SMP. *Jurnal MIPA*, 76–83.
- Nurgaheni, & Oti, S. (2015). *Pengembangan Media Pembelajaran Memahami Cerita Legenda dengan Buku Pop-up untuk Siswa SMP Kelas VII Di Kabupaten Pati*.
- Nurmasyita, Widjanarko, B., & Margawati, A. (2015). Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh Remaja Kelebihan Berat Badan. *Gizi Indonesia*, 4(1), 38–47.
- Patimah, S. (2017). *Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Putri, C. N. (2019). *Pengaruh Bermain Kartu Scrapbook terhadap Pengembangan Keterampilan Berbahasa Anak Usia 5-6 Tahun*. Universitas Lampung.
- Putri, I. K. (2012). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pemberian Pendidikan Seks untuk Anak oleh Orang Tua Siswa Madrasah Ibtidaiyah Hayatul Islamiyah*.
- Rahma, D. N. (2019). *Perbandingan Antara Media Pendidikan Buku Pop-Up Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Menarke pada Anak*

Perempuan Usia Pubertas Awal.

- Rahmawati, A. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan Siswa tentang Obesitas pada Remaja di Madrasah Aliyah Negeri 1 Indramayu. *Seri Ilmu-Ilmu Alam Dan Kesehatan*, 3(1), 1–6.
- Rohmawati, I. A. (2015). *Efek Penyuluhan Gizi dengan Media Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMP Kristen 1 Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rukmana, H. I. (2018). *Kelayakan Media Booklet Submateri Keanekaragaman Hayati Kelas X SMA*. Universitas Tanjungpura.
- Safitri, N. R. D., & Fitranti, D. Y. (2016). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Ceramah dan Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Journal of Nutrition College*, 5(Jilid 2), 374–380.
- Saloso, I. (2011). *Pengaruh Media Audio (Lagu Anak-anak) dan Media Visual (Kartu Bergambar terhadap Pengetahuan Gizi (PUGS dan PHBS) serta Tingkat Pengetahuannya pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri di Kota Bogor*. Institut Pertanian Bogor.
- Saragih, F. (2010). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan dan Sikap ibu Jaya, tentang Makanan Sehat dan Gizi Seimbang di Desa Merek Kesehatan, Kecamatan Raya Kabupaten Simalungun*. Universitas Sumatra Utara.
- Sholicha, C. A., & Muniroh, L. (2019). Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 147–153.
- Siahaan, N. R. (2012). *Faktor – faktor yang Berhubungan dengan Status Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kota Depok Tahun 2011*. Universitas Indonesia.
- Sidabutar, D. M., Khadijah, & Rohani. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Pop up book terhadap Kecerdasan Linguistik Anak Usia 5-6 Tahun di RA Nurhayati Kecamatan Medan Tembung. *Raudhah*, 7(2), 49–63.
- Simbolon, R. (2019). *Penggunaan Roda Pintar untuk Kemampuan Membaca Anak*. 2(2), 66–71.
- Sinuraya, E., Hutabarat, A. S., & Marbun, A. S. (2018). Pengaruh Pendidikan dengan Media Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Perawat tentang Triage. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 40, 12–17.
- Soekirman. (2011). Taking the Indonesian nutrition history to leap into betterment of the future generation: development of the Indonesian Nutrition Guidelines. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 3, 447–451.

- Suaebah, Semah, & Ginting, M. (2018). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Buku Saku terhadap Perubahan Pengetahuan dan Konsumsi Fast Food. *Kesehatan Manarang*, 4(1), 26–32.
- Suci, N. W. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Pop up Book pada Materi Pencegahan Anemia untuk Siswa SD. *E-Jurnal Tata Boga*, 9(1), 576–583.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyoningsih, H. (2012). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sulistiyowati, A. M., Rahfiludin, M. Z., & Kartini, A. (2019). Pengaruh Penyuluhan dan Media Poster tentang Anemia terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Santriwati (Studi di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4).
- Supariasa, I. D. N. (2018). *Pendidikan dan Konsultasi Gizi*. Jakarta: EGC.
- Susilowati, & Kuspriyanto. (2016). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Refika Aditama.
- Sutrio. (2017). Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung Tahun 2016. *Kesehatan Holistik*, 11(1), 1–4.
- Tarwanto, Aryani, R., Nuraeni, A., Miradwiyana, B., Tauchid, S. N., Aminah, S., ... Chairani. (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Utami, U., & Mahmudah, M. (2019). Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar. *III*(2), 82–85.
- Wardhani, S. W. (2018). Pengembangan Media Scrapbook pada Materi Pengelompokan Hewan Untuk Siswa Kelas III Sekolah Dasar. *Jurnal Sekolah*, 2(2), 124–130.
- Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- WHO. (2009a). *Guidelines on Hand Hygiene in Healthcare*. Geneva: WHO.
- _____. (2009b). *Women and Health; Today's evidence, Tomorrow Agenda Chapter 4*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2015). *Adolescent Development: Topics at Glance*.

- Wibowo, C. D. T., Notoatmojo, H., & Rohmani, A. (2013). Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang. *Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2).
- Widyastuti, N., Dieny, F. F., & Fitranti, D. Y. (2016). Asupan Lemak Jenuh dan Serat pada Remaja Obesitas Kaitannya dengan Sindrom Metabolik. *Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), 131–137.
- Wiradijaya, A., Prabamurti, P. N., & Indraswari, R. (2020). Hubungan Sikap, Akses Dukungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah dengan Perilaku Makan Remaja dalam Pencegahan Hipertensi di Kelurahan Ngemplak Simongan Kota Semarang. *Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 391–397.
- Xaviera, N. (2017). *Pengetahuan dan Perilaku Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Sadari pada Mahaswi Stikes Kupang*. Universitas Udayana.

