

EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA *E-BOOKLET* DAN VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA REMAJA DI SMP PGRI KLAPANUNGGAL

YULIA KURNIA NINGSIH



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan proyek akhir dengan judul “Efektivitas Edukasi Gizi Melalui Media *E-Booklet* dan Video terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja di SMP PGRI Klapanunggal Kab. Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir laporan proyek akhir ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, 31 Mei 2024

Yulia Kurnia Ningsih
J0306201059



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

YULIA KURNIA NINGSIH. Efektivitas Edukasi Gizi Melalui Media *E-Booklet* dan Video terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja di SMP PGRI Klapanunggal Kab. Bogor. Dibimbing oleh R.A. HANGESTI EMI WIDYASARI.

Remaja berisiko mengalami masalah gizi antara lain kekurangan zat gizi, kelebihan zat gizi, dan kurangnya asupan zat gizi mikro. Gizi pada remaja dapat diperbaiki melalui edukasi gizi. Tujuan penelitian yaitu untuk menganalisis efektivitas media *e-booklet* dan video dalam edukasi gizi terhadap pengetahuan mengenai gizi seimbang pada remaja. Desain penelitian menggunakan *quasy experiment* dengan sampel siswa/i SMP PGRI Klapanunggal sebanyak 74 siswa pada kelompok intervensi dan kontrol. Hasil uji *Wilcoxon Rank Test* diperoleh *p-value* (0,000) yang artinya terdapat pengaruh edukasi gizi melalui media *e-booklet* dan video terhadap tingkat pengetahuan responden mengenai gizi seimbang. Uji statistik *Mann-Whitney* diperoleh *p-value* (0,007) artinya terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi. Edukasi gizi dengan media *e-booklet* dan video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa.

Kata kunci : *E-Booklet*, Edukasi Gizi Seimbang, Remaja, Video

ABSTRACT

YULIA KURNIA NINGSIH. Effectiveness of Nutrition Education Through E-Booklet and Video Media on Balanced Nutrition Knowledge among Adolescents at SMP PGRI Klapanunggal, Bogor Regency. Supervised by R.A. HANGESTI EMI WIDYASARI.

Adolescents are at risk of nutritional problems including nutrient deficiencies, nutrient excesses, and insufficient intake of micronutrients. Adolescent nutrition can be improved through nutrition education. The purpose of the study was to analyze the effectiveness of e-booklet and video media in nutrition education on knowledge about balanced nutrition in adolescents. The research design used a quasy experiment with a sample of 74 students from SMP PGRI Klapanunggal in the intervention and control groups. The results of the Wilcoxon Rank Test test obtained a *p-value* (0.000) which means that there is an effect of nutrition education through e-booklet and video media on the level of knowledge of respondents regarding balanced nutrition. Mann-Whitney statistical test obtained *p-value* (0.007) means that there is a significant average difference between the intervention group and the control group after being given education. Nutrition education with e-booklet and video media has a significant effect on increasing students' balanced nutrition knowledge.

Keywords: E-Booklet, Balanced Nutrition Education, Teenagers, Video



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB. Pelimpahan hak cipta atas karya tulis dari penelitian kerja sama dengan pihak luar IPB harus didasarkan pada perjanjian kerja sama yang terkait.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA *E-BOOKLET* DAN VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA REMAJA DI SMP PGRI KLAPANUNGGAL

YULIA KURNIA NINGSIH

Laporan Proyek Akhir
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan pada
Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi

**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Judul Proyek Akhir : Efektivitas Edukasi Gizi Melalui Media *E-Booklet* dan Video terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja di SMP PGRI Klapanunggal

Nama Mahasiswa : Yulia Kurnia Ningsih
NIM : J0306201059

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. R.A. Hangesti Emi Widyasari, S.Pi, M.Si



Diketahui oleh

Ketua Program Studi:
Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si
NPI. 201811198808132007



Dekan Sekolah Vokasi:
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T
NIP. 196607171992031003



Tanggal Ujian:
11 Juni 2024

Tanggal Lulus:



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga proyek akhir ini dapat diselesaikan. Tema yang dipilih dalam pelaksanaan proyek akhir sejak bulan Desember 2023 sampai bulan Mei 2024 ini ialah Edukasi Gizi, dengan judul “ Efektivitas Edukasi Gizi melalui Media *E-Booklet* dan Video terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja di SMP PGRI Klapanunggal Kab. Bogor”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada pembimbing Ibu Dr. R.A. Hangesti Emi Widyasari, S.Pi., M.Si yang telah membimbing dan banyak memberi saran. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi Ibu Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si. Di samping itu, penghargaan penulis sampaikan kepada pihak SMP PGRI Klapanunggal yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dan membantu selama pengumpulan data. Apresiasi sebesar-besarnya kepada penulis yang telah berjuang dan tetap bertahan hingga bisa menyelesaikan proyek akhir ini. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada orang tua, adik, keluarga yang telah memberikan dukungan, doa dan kasih sayangnya serta menjadi salah satu motivasi penulis untuk dapat menyelesaikan pendidikan ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman terdekat yaitu Intan Novianti, Adinda Fitriyanie, Riska, Puput, Cahya, dan Nia yang bersedia menjadi *support system* dan menemani penulis dalam menjalani masa remaja dan perkuliahan ini.

Semoga laporan proyek akhir ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, 31 Mei 2024

Yulia Kurnia Ningsih



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	x
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	2
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	5
3.1 Lokasi dan Waktu	5
3.2 Desain Penelitian	5
3.3 Jumlah dan Cara Penarikan Sampel	5
3.4 Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data	6
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	6
3.6 Definisi Operasional	7
3.7 Prosedur Kerja	8
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	9
4.1 Gambaran Umum SMP PGRI Klapanunggal	9
4.2 Keterbatasan Penelitian	11
4.3 Analisis Univariat	11
4.4 Analisis Bivariat	19
V SIMPULAN DAN SARAN	23
5.1 Kesimpulan	23
5.2 Saran	23
DAFTAR PUSTAKA	24
LAMPIRAN	27
RIWAYAT HIDUP	44



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

1. Jenis dan cara pengumpulan data	6
2. Bentuk soal	6
3. Definisi operasional	7
4. Sarana dan prasarana	10
5. Ekstrakurikuler SMP PGRI Klapanunggal	10
6. Karakteristik responden penelitian	11
7. Hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok intervensi	13
8. Skor pengetahuan kelompok intervensi	15
9. Kategori pengetahuan kelompok intervensi	16
10. Hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok kontrol	17
11. Skor pengetahuan kelompok kontrol	18
12. Kategori pengetahuan kelompok kontrol	19
13. Hasil uji normalitas	19
14. Hasil uji hipotesis variabel pengetahuan	20

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka pemikiran	4
2. Prosedur kerja	8
3. Struktur organisasi SMP PGRI Klapanunggal	9
4. Hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok intervensi	15
5. Hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok kontrol	18

DAFTAR LAMPIRAN

1. E-booklet dan video untuk kelompok intervensi	29
2. Power point untuk kelompok kontrol	30
3. Kuisisioner pengetahuan gizi seimbang	31
4. Surat izin penelitian	34
5. Dokumentasi kegiatan	35
6. Hasil spss gambaran karakteristik responden	37
7. Hasil spss analisis skor dan kategori pengetahuan kelompok intervensi	39
8. Hasil spss analisis skor dan kategori pengetahuan kelompok kontrol	40
9. Hasil spss uji normalitas kolmogorov smirnov dan uji wilcoxon rank test	41
10. Hasil spss uji mann whitney	43