



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE PENYULUHAN
DAN PERMAINAN *PUZZLE* TERHADAP PERUBAHAN
PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA
SISWA MTSN 1 PADANG TAHUN 2018**

OLEH :

AMIRATUL HUSNA

No. BP. 1411211002

Pembimbing I : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM

Pembimbing II : Dr. Helmizar, SKM, M.Biomed

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2018

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2018

AMIRATUL HUSNA, No. BP.1411211002

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE PENYULUHAN DAN
PERMAINAN *PUZZLE* TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA SISWA MTSN 1 PADANG TAHUN 2018**

xiii + 82 hlm, 11 tabel, 7 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Kurang konsumsi buah dan sayur pada remaja berdampak pada gangguan pertumbuhan, perkembangan serta meningkatnya resiko penyakit degeneratif pada usia lanjut. Salah satu penyebab masalah kurang konsumsi buah dan sayur pada remaja adalah kurangnya edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur melalui metode penyuluhan dan permainan *puzzle* pada siswa MTsN 1 Padang Tahun 2018

Metode

Penelitian *quasy experimental* menggunakan desain penelitian *Pretest-Posttest with control grup design* ini dilakukan di MTsN 1 Padang. Sampel berjumlah 39 orang pada masing-masing kelompok intervensi dengan metode penyuluhan, metode permainan *puzzle* dan kelompok kontrol. Intervensi dilakukan sebanyak dua kali dalam rentang waktu dua minggu. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat.

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan dan perubahan skor pengetahuan, sikap dan tindakan dan sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) edukasi gizi dengan metode penyuluhan dan permainan *puzzle*. Terdapat perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur setelah edukasi gizi dengan metode penyuluhan dan permainan *puzzle* dengan *p-value* < 0,001. Metode permainan *puzzle* lebih efektif dibandingkan metode penyuluhan dilihat dari *p-value* < 0,001.

Kesimpulan

Pemberian edukasi gizi dengan metode penyuluhan dan permainan *puzzle* berpengaruh terhadap perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa MTsN 1 Padang. Edukasi gizi dengan metode permainan *puzzle* lebih efektif dibandingkan metode penyuluhan. Diharapkan adanya upaya pihak sekolah dan puskesmas untuk bekerja sama dalam pemberian edukasi gizi dengan metode permainan *puzzle* terutama tentang konsumsi buah dan sayur pada remaja.

Daftar Pustaka : 48 (1998-2018)

Kata Kunci : Penyuluhan, Permainan *Puzzle*, Buah dan sayur

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Thesis, July 2018
AMIRATUL HUSNA, No. BP.1411211002**

**THE INFLUENCE OF COUNSELING NUTRITION EDUCATIONAL
METHOD AND PUZZLE GAME TO CHANGES IN EATING FRUITS AND
VEGETABLES BEHAVIOR ON STUDENT OF MTSN 1 PADANG YEAR
2018**

xiii + 82 pages, 11 tables, 7 pictures, 10 attachments

ABSTRACT

Objective

Lack of fruits and vegetables consumption have impact on growth and development and increase of degenerative diseases on elderly. One of lack of fruits and vegetables consumption cause is low nutritional education about the importance of fruits and vegetables consumption. This research aims to know the influence of nutritional education to the changes in fruits and vegetables consumption behavior by counseling and playing puzzle games method on student of MTsN 1 Padang on year 2018.

Method

This quasi experimental research using Pretest-Posttest with control group design research design is done in MTsN 1 Padang. The sample is 39 people on each intervention group with counseling method, puzzle games method and control group. Intervention is done twice in range of two weeks. The analysis is done by univariate and bivariate method.

Result

The result of research shows increases and changes in knowledge, behavior and action score before (pretest) and after (posttest) nutritional education with counseling and puzzle games method. There is change of fruits and vegetables consumption behavior after nutritional education with counseling and puzzle games method with p-value < 0.001. Puzzle games method is more effective than counseling method as the p-value < 0.001.

Conclusion

Presentation of nutritional education with counseling and puzzle games method has an effect on changes in fruits and vegetables consumption behavior on student of MTsN 1 Padang. Nutritional education with puzzle games method is more effective than counseling method. We suggest schools and public health center to cooperate in giving nutritional education with puzzle games method especially on fruits and vegetables consumption on teenager.

References : 48 (1998-2018)

Key Words: Counseling, Puzzle Games, Fruits and Vegetables