

**PENGARUH PERMAINAN SIMULASI “BROZSING” TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PEMENUHAN GIZI SEIMBANG  
PADA REMAJA PUTRI**



**SKRIPSI**

Oleh:

Putri Yolanda

04021181621001

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
INDRALAYA (AGUSTUS, 2020)**

**PENGARUH PERMAINAN SIMULASI “BROZSING” TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PEMENUHAN GIZI SEIMBANG  
PADA REMAJA PUTRI**



**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana  
Keperawatan**

Oleh:

Putri Yolanda

04021181621001

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
INDRALAYA**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Putri Yolanda

NIM : 04021181621001

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Agustus 2020



Putri Yolanda

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

**NAMA : Putri Yolanda**

**NIM : 04021181621001**

**JUDUL : PENGARUH PERMAINAN SIMULASI “BROZSING” TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG  
PADA REMAJA PUTRI**

**PEMBIMBING 1**

**Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep**

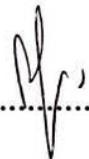
**NIP. 198304302006042003**

  
(.....)

**PEMBIMBING 2**

**Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An**

**NIP. 198104182006042003**

  
(.....)

**Mengetahui,**

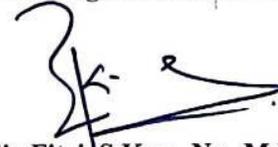
**Ketua Bagian**



**Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIP. 1976022002122001**

**Koordinator Program Studi Ilmu Keperawatan**



**Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIP. 198407012008122001**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**NAMA : PUTRI YOLANDA**  
**NIM : 04021181621001**  
**JUDUL : PENGARUH PERMAINAN SIMULASI "BROZSING" TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PEMENUHAN GIZI  
SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal Agustus 2020 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indaralaya, Agustus 2020

**Pembimbing 1**

Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 19830304302006042003

(  )

**Pembimbing 2**

Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An  
NIP. 198104182006042003

(  )

**Penguji 1**

Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 197605142009121001

(  )

**Penguji 2**

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes  
NIP. 198910202019032021

(  )

Mengetahui,

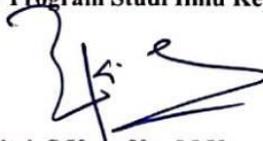
**Ketua Bagian**



Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 1976022002122001

**Koordinator Program Studi Ilmu Keperawatan**



Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198407012008122001

## Halaman Persembahan

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Simulasi ‘Brozsing’ Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang pada Remaja Putri” ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku yang amat luar biasa (Bapak Acep Mulya Saputra dan Ibu Viona Aguan Tina). Terima kasih Pak, Mak, untuk setiap do’a, pengorbanan, dukungan, cinta dan kasih sayang yang tak pernah putus. Sungguh tidak ada kata yang bisa menggambarkan betapa berharganya Bapak dan Mamak di hidupku. Bahagia dan sehat selalu ya Pak, Mak.
2. Adik-adik ayuk tersayang (Dek Clara Jesieca dan Dek Syakila Zahwa), terima kasih sudah terlahir sebagai adik ayuk. Untuk Dek Lala yang selalu menjadi pendengar terbaik, yang selalu mengingatkan saat jauh dan menguatkan saat rapuh, terima kasih banyak Dek. Mari terus semangat dan bertekad untuk terus membuat Mamak dan Bapak bahagia dan bangga. Untuk sih kecil Dek Kiwa dengan segala tingkah manisnya, terima kasih sudah menjadi penyemangat dan penghibur dikala ayuk mulai lelah dengan setumpuk tugas di dunia perkuliahan, hehe. Tumbuhlah menjadi anak yang soleha, santun dan cerdas ya Dek.
3. Seluruh keluargaku yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih banyak untuk setiap do’a dan dukungan yang begitu berarti untukku. Semoga kita semua selalu berada dalam lindungan-Nya.
4. Ibu Putri Widita Muharyani, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing satu skripsi. Ibu, terima kasih banyak untuk seluruh waktu, bimbingan, arahan, saran dan kesabaran yang telah Ibu berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Ibu dan keluarga selalu dilimpahkan kebahagiaan dan nikmat sehat selalu.
5. Ibu Antarini Idriansari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing dua skripsi. Ibu, terima kasih banyak untuk seluruh waktu, bimbingan, arahan, saran dan kesabaran yang telah Ibu berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Ibu dan keluarga selalu dilimpahkan kebahagiaan dan nikmat sehat selalu.
6. Bapak Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji satu skripsi. Terima kasih banyak Bapak untuk bimbingan, arahan, saran dan masukkan yang telah Bapak berikan untuk menjadikan skripsi ini lebih baik. Semoga Bapak dan keluarga selalu dilimpahkan kebahagiaan dan nikmat sehat selalu.
7. Ibu Mutia Nadra Maulida, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji dua skripsi. Terima kasih banyak Ibu untuk bimbingan, arahan, saran dan masukkan yang telah Ibu berikan untuk menjadikan skripsi ini lebih baik. Semoga Ibu dan keluarga selalu dilimpahkan kebahagiaan dan nikmat sehat selalu.
8. Keluarga besar MAN 1 Ogan Ilir, khususnya untuk Bapak Abdu yang telah memberikan izin dan banyak membantu dalam penelitian ini serta adik-adik yang telah menyambut dengan hangat kegiatan penelitian dari awal hingga akhir. Semoga kita semua selalu berada dalam lindungan-Nya.

9. Teman, sahabat, saudara-ku (IC-ku), Via, Nisek, Ledy, Tami, terima kasih banyak untuk semua kisah, cerita, canda, tawa, tangis, kebersamaan kita dari awal sampai akhir masa perkuliahan. Kalian mengajarkanku tentang banyak hal. Semoga sukses akan kita raih, semangat dan bahagia selalu ya Vi, Sek, Led, Mi.
10. Teman, sahabat, saudara-ku (Layow), Via, Afifah, Annisa, Aryandini, Dela, Ajeng, terima kasih banyak untuk warna-warni dalam kisah di tanah rantau ini. Saling menyemangati dan mendoakan, terima kasih banyak Vi, Fah, Na, Ndin, Del, Jeng. Semoga Allah senantiasa mempermudah jalan kita yaa.
11. Untuk Hati Seluas Langit, Resi Yuliantina. Res, terima kasih banyak sudah menjadi pendengar yang baik, menjadi guru sekaligus teman berdiskusi untuk Puyol. Puyol belajar banyak hal dari Resi. Semoga sukses akan kita raih, semangat dan bahagia selalu ya Res.
12. Untuk Premanku dari Kota Bumi (Kobum) hehe, Annisa Fitri Tiara. Terima kasih banyak sudah menjadi pendengar yang baik, menjadi teman rasa kakak yang selalu bisa menenangkan saat dunia terasa sangat keras. Puyol belajar banyak hal dari Nisfit. Semoga sukses akan kita raih, semangat dan bahagia selalu ya Nis.
13. Untuk Dek Vedro, adik satu PA satu asal kota (Lubuklinggau tercinta), terima kasih banyak Dek atas bantuan, ilmu dan sudah jadi partner diskusi kakak dalam perancangan papan monopoli ini. Semangat ya, cepet nyusul skripsian Dek.
14. Saudara seperbimbingan dunia perskripsianku, Milla, Shinta dan Rega. Terima kasih untuk saling mendukung dan menyemangati satu sama lain. Alhamdulillah sepek terjang dunia perskripsian kita telah usai. Semoga ilmu yang kita dapat menjadi berkah dan semoga sukses akan kita raih ya Mil, Shin, Ga.
15. Teman-teman ACHILES dan seluruh angkatan 2016. Terima kasih banyak telah memberikan banyak warna baru dalam duniaku. Sukses selalu.
16. Semua pihak yang telah berjasa dan banyak membantu dari awal masa perkuliahan hingga sekarang yang tidak bisa saya sebutkan dan jabarkan satu per satu. Terima kasih banyak. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian.

**“Mari rancang dan tuangkan setiap rencanamu dalam secarik kertas, pada bait terakhir tulislah ‘Aku, usahaku dan do’aku harus seimbang, untuk hasilnya aku ikuti jalan dan ketentuanmu ya Rabb“**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Simulasi “Brozsing” terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Pemenuhan Gizi Seimbang pada Remaja Putri”. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep. sebagai dosen pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An. sebagai dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep. sebagai dosen penguji I yang telah banyak membantu dalam penyempurnaan skripsi ini agar menjadi lebih baik.
5. Ibu Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes sebagai dosen penguji II yang telah banyak membantu dalam penyempurnaan skripsi ini agar menjadi lebih baik.
6. Seluruh staf pengajar dan staf administrasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
7. Kepala Sekolah MAN 1 Ogan Ilir yang telah memberikan izin untuk studi pendahuluan dan penelitian.
8. Kedua orang tua dan keluarga atas do’a dan dukungan serta kasih sayang yang tiada henti.
9. Teman-teman yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan adanya keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki penulis. Namun besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca. Aamiin.

Indralaya, Agustus 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

|   |             |
|---|-------------|
| <b>SURAT PERNYATAAN .....</b>           | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b> | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>  | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>        | <b>iv</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>              | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                 | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>               | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR SKEMA.....</b>                | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>            | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>               | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>        | <b>xv</b>   |
| <b>ABSTRAK.....</b>                     | <b>xvi</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                   | <b>xvii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                |             |
| A. Latar Belakang .....                 | 1           |
| B. Rumusan Masalah.....                 | 7           |
| C. Tujuan Penelitian.....               | 8           |
| D. Manfaat Penelitian.....              | 9           |
| E. Ruang Lingkup Penelitian .....       | 10          |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>          |             |
| A. Remaja                               |             |

1. Pengertian Remaja
  2. Tahapan Remaja
  3. Tugas Perkembangan Remaja
- B. Gizi pada Remaja Putri
1. Kebutuhan Energi dan Zat Gizi pada Remaja Putri
  2. “Isi Piring Makanku” dalam Setiap Porsi Makan
  3. Perhitungan IMT pada Remaja
  4. Permasalahan Gizi pada Remaja
  5. Dampak Tidak Terpenuhinya Gizi Seimbang pada Remaja Putri
- C. Pengetahuan Gizi Seimbang
1. Pengertian Pengetahuan Gizi seimbang
  2. Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang
  3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi Seimbang
4. Pengukuran Pengetahuan
- D. Sikap Gizi Seimbang
1. Pengertian Sikap Gizi Seimbang
  2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap Gizi Seimbang
  3. Pengukuran Sikap
- E. Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang

1. Pengertian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang
  2. Tujuan Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang
  3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan
  4. Media Pendidikan Kesehatan
  5. Metode Pendidikan Kesehatan
- F. Permainan “Brozsing”
1. Pengertian “Brozsing”
  2. Kelebihan Permainan “Brozsing”
  3. Alat
  4. Cara Bermain
- G. Penelitian Terkait
- H. Kerangka Teori

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

- A. Kerangka Konsep
- B. Desain Penelitian
- C. Hipotesis
- D. Definisi Operasional
- E. Populasi dan Sampel
- F. Tempat Penelitian
- G. Waktu Penelitian
- H. Etika Penelitian

- I. Alat Pengumpul Data
- J. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen
- K. Prosedur Pengumpulan Data
- L. Teknik Pengolahan dan Analisis Data
- M. Analisis Data

#### **BAB IV PEMBAHASAN**

- A. Hasil Penelitian
- B. Pembahasan
- C. Keterbatasan Penelitian

#### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

- A. Simpulan
- B. Saran

#### **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 2.1 Porsi Makan Remaja Putri.....                                 | 20 |
| Tabel 2.2 Klasifikasi IMT/U Remaja.....                                 | 21 |
| Tabel 2.3 Penelitian Terkait.....                                       | 39 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional.....                                     | 45 |
| Tabel 3.2 Pembagian Sampel Setiap Kelas.....                            | 48 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan.....                          | 53 |
| Tabel 3.4 Kisi-kisi Kuesioner Sikap.....                                | 54 |
| Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan.....                | 56 |
| Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Kuesioner Sikap.....                      | 57 |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri .....   | 65 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri .....                 | 65 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri ..... | 67 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri.....  | 68 |

## DAFTAR SKEMA

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Skema 2.1 Kerangka Teori.....    | 41 |
| Skema 3.1 Kerangka Konsep.....   | 42 |
| Skema 3.2 Desain Penelitian..... | 43 |

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Informasi Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 3 Lembar Observasi Data Responden
- Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Brozsing
- Lampiran 5 Lembar Cara Bermain dan Peraturan Permainan Brozsing
- Lampiran 6 Kuesioner Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Seimbang
- Lampiran 7 Kuesioner Sikap tentang Pemenuhan Gizi Seimbang
- Lampiran 8 Nilai Pengetahuan Berdasarkan Butir Soal Benar
- Lampiran 9 Papan Brozsing
- Lampiran 10 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 11 Sertifikat Etik Penelitian
- Lampiran 12 Surat Izin Uji Validitas
- Lampiran 13 Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 14 Dokumentasi Studi Pendahuluan
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 Hasil Uji Plagiarisme
- Lampiran 17 Lembar Konsultasi Pembimbing
- Lampiran 18 Hasil Uji Statistik

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Perkenalan Sebelum Melakukan Kegiatan Studi Pendahuluan
- Gambar 2 Wawancara Keapada Remaja Putri
- Gambar 3 Pengukuran Berat Badan
- Gambar 4 Pengukuran Tinggi Badan
- Gambar 5 Pengukuran LILA
- Gambar 6 Pengukuran Hb
- Gambar 7 Persiapan Sebelum Pelaksanaan Penelitian
- Gambar 8 Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Melalui Brozsing
- Gambar 9 Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Melalui Brozsing Perkelompok
- Gambar 10 Pelaksanaan *Pretest*
- Gambar 11 Pelaksanaan *Posttest*

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

- Nama : Putri Yolanda
- Tempat Tannggal Lahir : Tugumulyo, 26 Oktober 1998
- Jenis Kelamin : Perempuan
- Agama : Islam
- Anak ke : 1 dari 3 bersaudara
- Pekerjaan : Mahasiswi
- Alamat Instansi : Jln. Raya Palembang-Prabumulih Km. 32 Ogan Ilir  
Sumatera Selatan
- Alamat Rumah : Jln. Raya Tugumulyo Kel. Eka Marga RT 05 Kec.
- Riwayat Pendidikan :
- SD Negeri 61 Lubuklinggau (2004-2010)
  - SMP Negeri 11 Lubuklinggau (2010-2013)
  - SMA Negeri 1 Lubuklinggau (2013-2016)
  - Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**Skripsi, Agustus 2020  
Putri Yolanda**

**Pengaruh Permainan Simulasi “Brozsing” Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang pada Remaja Putri**

**xv+83+13 tabel+3 skema+18 lampiran**

**ABSTRAK**

Status gizi saat ini menjadi isu penting dunia, termasuk di Indonesia. Permasalahan gizi kurang masih menjadi persoalan utama di Indonesia. Remaja putri merupakan generasi yang akan melahirkan generasi selanjutnya. Pemenuhan kebutuhan zat gizi seimbang pada remaja putri perlu mendapat perhatian karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya. Jika kebiasaan mengonsumsi makanan yang kurang tepat pada remaja putri terus dibiarkan dan tidak segera ditangani, maka akan berdampak pada kesehatan remaja putri itu sendiri dan generasi selanjutnya. Kurangnya informasi tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri menjadi salah satu penyebab masalah gizi kurang. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan melalui permainan simulasi brozsing pada remaja putri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan simulasi brozsing terhadap pengetahuan dan sikap dalam pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri di MAN 1 Ogan Ilir. Desain penelitian ini adalah *pra-eksperimental* dengan *one group pre test & post test design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 orang yang diambil menggunakan *cluster sampling*. Data dianalisis dengan analisis univariat untuk mengetahui pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan setelah pendidikan kesehatan, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan setelah pendidikan kesehatan. Hasil analisis pengetahuan menggunakan *Uji Marginal Homogeneity* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan Remaja Putri di MAN 1 Ogan Ilir sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dengan *p value* 0,000 (*p value* < 0,05). Hasil analisis menggunakan *McNemar* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap sikap remaja putri di MAN 1 Ogan Ilir sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dengan *p value* 0,000 (*p value* < 0,05). Pendidikan kesehatan melalui permainan simulasi brozsing pada remaja direkomendasikan sebagai metode dalam pendidikan kesehatan agar terjadi perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja putri.

Kata Kunci: Gizi, permainan simulasi, Remaja.  
Daftar Pustaka: (2003-2019)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY  
MEDICAL FACULTY  
NURSING STUDY PROGRAM**

**Undergraduate Thesis, August 2020  
Putri Yolanda**

**The Effect of the "Brozsing" Simulation Game on Knowledge and Attitudes About the Fulfillment of Balanced Nutrition in Teenage Girls**

**xv+83+13 tables+3 schemes+18 attachments**

**ABSTRACT**

Nutritional status is currently an important issue in the world, including in Indonesia. The problem of malnutrition is still a major problem in Indonesia. Teenage girls are the generation that will give birth to the next generation. Fulfilling the need for balanced nutrition in teenage girls needs attention because at this time there is an increase in nutritional needs to support their growth and development. If the habit of consuming inappropriate foods in teenage girls is continued and not immediately addressed, it will have an impact on the health of themselves and future generations. Lack of information regarding the fulfillment of balanced nutrition in teenage girls is one of the causes of malnutrition. One effort that can be done is to conduct health education through a brozsing simulation game for teenage girls. The aim of this study was to determine the effect of the brozsing simulation game on knowledge and attitudes in fulfilling balanced nutrition in teenage girls at MAN 1 Ogan Ilir. The research design was pre-experimental with one group pretest and posttest design. The sample in this study were 55 people who were collected using cluster sampling. Data were analyzed by univariate analysis to determine the knowledge and attitudes of teenage girls before and after health education, while bivariate analysis was used to determine differences in knowledge and attitudes of teenage girls before and after health education. The results of the knowledge analysis using the *Marginal Homogeneity* test showed that there were significant differences in the knowledge of teenage girls in MAN 1 Ogan Ilir before and after health education with a p value of 0.000 (p value <0.05). The results of the analysis using McNemar showed that there were significant differences in the attitudes of young women in MAN 1 Ogan Ilir before and after health education with a p value of 0.000 (p value <0.05). Health education through the brozsing simulation game for teenagers is recommended as a method in health education in order to change knowledge and attitudes among teenage girls.

Keywords: Nutrition, simulation game, Teenager.  
References: (2003-2019)

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Status gizi saat ini menjadi isu penting dunia, termasuk di Indonesia. Status gizi individu akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan individu tersebut yang secara tidak langsung juga akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dalam suatu negara (Rochmawati, Marlenywati, & Waliyo, 2013). Winda, Maulida dan Sari (2014) menyatakan bahwa kualitas sumber daya manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan, ekonomi dan kesehatan yang erat kaitannya dengan masalah gizi.

Indonesia pada dewasa ini dihadapkan pada masalah gizi berupa *triple burden*. *Triple burden* merupakan kondisi permasalahan gizi yang meliputi masalah gizi kurang (gizi buruk, gizi kurang dan *stunting*), anemia dan gizi lebih (obesitas) (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), meskipun permasalahan terkait gizi lebih (obesitas) mulai bermunculan, namun masalah gizi kurang masih menjadi persoalan utama. Hasil Riskesdas tahun 2018, diketahui prevalensi gizi kurang di Indonesia mencapai 17,7% (Kementerian Kesehatan, 2019). Masalah gizi terjadi dalam setiap daur kehidupan manusia, termasuk pada masa remaja (Arisman, 2009).

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis, perilaku, kognitif, emosi dan kematangan organ reproduksi (Efendi & Makhfudli, 2009). Menteri kesehatan RI

tahun 2010 menyatakan bahwa batas usia remaja dimulai dari usia 10 sampai 19 tahun dan belum menikah (Pritasari, Damayanti, & Lestari, 2017). Masa remaja merupakan masa yang rentan dalam artian fisik, psikis, sosial dan gizi (Arisman, 2009).

Pemenuhan kebutuhan zat gizi seimbang pada remaja perlu mendapat perhatian karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan pada remaja yang akan berpengaruh pada asupannya. Permasalahan gizi yang biasa terjadi pada remaja yaitu kebersihan makanan, zat gizi tidak seimbang, sering melewatkan sarapan pagi dan makan siang, mengemil makanan yang memiliki kadar gula tinggi misalnya permen dan membatasi asupan makanan (diet) (Pritasari, Damayanti, & Lestari, 2017). Masalah lain yang muncul adalah remaja sering beranggapan bahwa dengan memakan banyak makanan dan perut kenyang, maka kebutuhan gizi terpenuhi. Padahal tidak semua makanan dapat memenuhi kebutuhan gizi setiap harinya (Mardalena, 2017).

Pola makan yang salah atau konsumsi makanan yang kurang tepat merupakan perilaku makan di mana terjadi ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Mardalena, 2017). Hal tersebut terjadi karena kurangnya informasi mengenai gizi yang diperoleh remaja. Menurut Arisman (2009), kebiasaan mengkonsumsi makanan yang kurang tepat dipengaruhi oleh keluarga, teman dan media atau informasi (terutama iklan di televisi).

Menurut Pritasari, Damayanti dan Lestari (2017), apabila kebiasaan mengkonsumsi makanan yang kurang tepat pada remaja terus dibiarkan dan tidak segera ditangani, maka akan berdampak pada kesehatan remaja itu sendiri dan generasi selanjutnya (calon anaknya kelak). Dampak kekurangan zat gizi tertentu pada remaja putri dapat menyebabkan remaja putri mengalami kondisi Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia. Menurut Riskesdas RI tahun 2018, terjadi peningkatan proporsi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita usia subur dari tahun 2007 sebesar 30,9% menjadi 36,3% pada tahun 2018. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan laki-laki, tercatat sebanyak 23% remaja putri mengalami anemia.

Status gizi pada remaja putri perlu mendapatkan perhatian yang lebih karena remaja putri merupakan calon ibu atau generasi yang akan melahirkan generasi selanjutnya (Mardalena, 2017). Menurut Hurlock (2011), salah satu tugas perkembangan masa remaja adalah mempersiapkan diri untuk perkawinan dan kehidupan berkeluarga. Kecenderungan kawin muda menjadikan persiapan perkawinan merupakan tugas perkembangan terpenting pada masa remaja. Pada masa remaja akhir, individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa sehingga perlu dipersiapkan untuk sebuah perkawinan atau hidup berkeluarga. Mempersiapkan kecukupan gizi remaja putri merupakan hal penting agar ketika di masa mendatang saat remaja putri mengandung tidak mengalami kekurangan gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Remaja putri yang mengalami kondisi kekurangan zat gizi, seperti anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK) akan meningkatkan risiko melahirkan Bayi

Berat Lahir Rendah (BBLR) (Pritasari, Damayanti, & Lestari, 2017). Kementerian Kesehatan RI (2018) menyatakan bahwa bayi BBLR memiliki risiko 20% lebih tinggi mengalami *stunting* dibandingkan dengan bayi berat lahir normal. *Stunting* atau sering disebut kerdil atau pendek merupakan suatu kondisi gagal tumbuh pada anak usia di bawah lima tahun (balita) di mana anak memiliki panjang atau tinggi tubuh yang kurang jika dibandingkan dengan anak seusianya (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut WHO (2018), prevalensi *stunting* pada balita akan menjadi masalah kesehatan jika prevalensinya mencapai 20% atau lebih. Studi pendahuluan yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir diketahui bahwa prevalensi *stunting* di Kabupaten Ogan Ilir tahun 2018 yaitu sebesar 43,9%. Kecamatan Indralaya merupakan salah satu kecamatan dengan isu pokok pembangunan kesehatan belum teratasinya masalah gizi masyarakat berupa persoalan *stunting* (Dinas Kesehatan Ogan Ilir, 2019).

Studi pendahuluan di MAN 1 Ogan Ilir menunjukkan setelah dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan kepada 10 remaja putri kelas XII didapatkan hasil sebanyak 4 orang memiliki indeks Massa Tubuh (IMT) di bawah normal ( $<18,4 \text{ kg/m}^2$ ). Setelah dilakukan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Hemoglobin (Hb) darah diperoleh sebanyak 4 dari 10 remaja putri memiliki LILA di bawah normal ( $< 23,5 \text{ cm}$ ) dan sebanyak 3 dari 10 remaja putri memiliki Hb di bawah normal ( $<12 \text{ g/dL}$ ). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2016) menyatakan bahwa wanita usia subur yang memiliki LILA  $<23,5 \text{ cm}$  berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Nilai Hb di bawah normal

merupakan salah satu tanda seseorang mengalami anemia karena kekurangan zat besi (Mardalena, 2017). Dampak yang dirasakan remaja putri terkait kondisi tubuhnya yaitu merasa lesu, lemah dan mengaku kurang berkonsentrasi saat belajar.

Studi pendahuluan kepada remaja putri di MAN 1 Ogan Ilir menyatakan bahwa tidak terdapat mata pelajaran yang membahas tentang gizi dan mengaku belum pernah mendapatkan edukasi berupa pendidikan kesehatan mengenai gizi pada remaja. Hasil wawancara dengan 10 remaja putri di MAN 1 Ogan Ilir diketahui bahwa 9 dari 10 orang mengatakan tidak mengetahui tentang kebutuhan zat gizi pada remaja, bagaimana anjuran pemenuhan gizi seimbang menurut panduan “Isi Piring Makanku” serta dampak apabila gizi seimbang tidak terpenuhi, sedangkan 1 orang lainnya mengatakan pernah melihat iklan mengenai “Isi Piring Makanku”, namun mengaku tidak bisa menjelaskan tentang pemenuhan zat gizi seimbang. Remaja putri juga mengaku sering memakan makanan cepat saji dan jarang memakan sayur, buah serta jarang sarapan. Menurut Pritasari, Damayanti dan Lestari (2017), untuk memecahkan permasalahan gizi pada remaja putri dapat dilakukan dengan intervensi gizi.

Salah satu intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang dalam upaya meminimalisir dampak yang ditimbulkan, baik dampak pada remaja putri maupun pada generasi selanjutnya yaitu dengan melakukan penyuluhan atau pendidikan kesehatan (Suryagustina, Araya, & Jumielsa, 2018). Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi orang tersebut dalam bersikap dan

berperilaku (Notoatmodjo, 2010). Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan diantaranya faktor metode dan media yang digunakan dalam penyuluhan. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah metode simulasi permainan (*simulation game*) (Notoatmodjo, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Muharyani, Rahmawati dan Andhini (2018) menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan metode permainan memberikan perbedaan hasil tindakan sebelum dan sesudah perlakuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Barbara dan Hariastuti (2011), tentang meningkatkan partisipasi siswa mengikuti layanan informasi melalui penggunaan media permainan lebih mampu menarik minat siswa dibandingkan dengan metode lain.

Menurut Hurlock (2011), remaja mulai menyukai permainan-permainan yang menuntut dan mengasah intelektual. Brozsing sesuai dengan karakteristik bermain pada remaja. Hal ini dikarenakan brozsing mempunyai peraturan dalam permainan di mana pemain harus menjawab pertanyaan untuk dapat melanjutkan permainan dan harus saling bersaing untuk dapat memenangkan permainan. brozsing merupakan hasil inovasi dari permainan monopoli yang dikembangkan oleh peneliti. Permainan ini memberikan informasi tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri yang tidak ada dalam permainan lain pada umumnya dan mampu mendorong remaja untuk bermain serta belajar bersama dengan teman sebaya sesuai dengan perkembangan sosial usia remaja (Soetjoningsih, 2010).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh permainan simulasi brozsing terhadap pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang menjadi salah satu fokus penanganan permasalahan terkait gizi. Pada masa remaja kebutuhan akan zat gizi meningkat akibat adanya pertumbuhan dan perkembangan fisik, perubahan gaya hidup serta kebiasaan makan yang cenderung kurang sehat. Fenomena gizi kurang saat ini masih menjadi masalah utama kesehatan terkait gizi yang membutuhkan perhatian dan harus segera diatasi karena hal tersebut akan berdampak pada kesehatan remaja putri itu sendiri dan generasi selanjutnya. Kurangnya informasi mengenai pemenuhan zat gizi seimbang menjadi salah satu penyebab munculnya permasalahan gizi pada remaja putri.

Pendidikan kesehatan merupakan intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang. Brozsing merupakan permainan monopoli hasil inovasi dari peneliti yang digunakan sebagai media dalam pendidikan kesehatan. Brozsing berisi informasi-informasi tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri yang pada umumnya tidak terdapat pada permainan monopoli lainnya.

Berdasarkan latar belakang yang ada, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh permainan simulasi “brozsing” terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan simulasi brozsing terhadap pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode permainan simulasi brozsing
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan dan sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode permainan simulasi brozsing
- c. Untuk mengetahui distribusi perbedaan pengetahuan remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang antara sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode permainan simulasi brozsing
- d. Untuk mengetahui distribusi perbedaan sikap remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang antara sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode permainan simulasi brozsing

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Setelah dilakukan penyuluhan melalui permainan simulasi brozsing diharapkan terjadi perbaikan pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sumber bagi peneliti lain yang akan meneliti tentang pendidikan kesehatan melalui metode permainan simulasi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu sarana dalam penerapan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh oleh peneliti selama masa perkuliahan, menambah wawasan dan pengalaman baru bagi peneliti serta memberikan wacana baru bagi peneliti tentang pendidikan kesehatan melalui metode permainan simulasi.

#### b. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran remaja putri terkait pemenuhan gizi seimbang melalui metode permainan simulasi brozsing.

#### c. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan pertimbangan bagi perawat khususnya perawat komunitas untuk melaksanakan pendidikan kesehatan melalui metode permainan simulasi.

d. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan Universitas Sriwijaya

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dan bahan masukan untuk pembelajaran keperawatan khususnya keperawatan komunitas dalam penerapan pendidikan kesehatan melalui metode permainan simulasi.

### **1. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup keperawatan komunitas dan keperawatan anak. Penelitian ini meneliti tentang pengaruh permainan simulasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri di MAN 1 Ogan Ilir. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 103 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 55 orang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 Agustus 2020 – 3 Agustus 2020 untuk melihat pengaruh sebelum dan setelah dilakukan perlakuan permainan simulasi brozsing terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *pre-eksperiment*. Penelitian ini menggunakan desain *one-group pre-test and post-test* tanpa kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability* yaitu *cluster sampling*. Setiap responden penelitian diberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pemenuhan gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan penyuluhan kesehatan melalui metode permainan simulasi brozsing. Selanjutnya dilakukan analisa data untuk mengukur perbedaan tingkat pengetahuan antara sebelum dan setelah dilakukan

intervensi menggunakan uji *Marginal Homogeneity*, sedangkan untuk mengukur perbedaan sikap antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi menggunakan uji

*Mc*

*Nemar*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A., & Azinar, M. (2016). Permainan " SHART JOURNEY " dalam Meningkatkan Pengetahuan HIV/AIDS Pada Remaja di Lingkungan Resosialisasi. *JHE Journal of Health Education*, 1(1), 50–55.
- Ali, Mohammad., & Asrori, Mohammad. (2008). *Psikologi Remaja Perkembangan Pesrta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. (2009). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Azwar, S. (2016). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barbara, F., & Hariastuti, R. T. (2011). Meningkatkan Partisipasi Siswa Mengikuti Layanan Informasi Melalui Penggunaan Media Permainan. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 12(2), 1–13.
- Bhinnety, M. (2017). Struktur dan Proses Memori. *Buletin Psikologi*, 16(2), 74-88.
- Dahlan, M. S. (2012). *Langkah-langkah Membuat Proposal Penelitian Bidang Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Segung Seto.
- Danim, S. (2013). *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dinas Kesehatan Ogan Ilir. (2019). *Profil Kesehatan Ogan Ilir*.
- Efendi, F., & Makhfudli. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Produk dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. (2010). *Metode penelitian kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Jakarta: Health Books.
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.

- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irnani, H., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan, Praktik Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1).
- Janti, S. (2014). Analisis Validitas dan Reliabilitas dengan Skala Likert Terhadap Pengembangan SI/TI dalam Penentuan Pengambilan Keputusan Penerapan *Strategic Planning* pada Industri Garmen. Prosiding Seminar Nasional Aplikasi Sains & Teknologi (SNAST). 155-160. ISSN: 1979-911X Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Situasi Balita Pendek*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Ini Penyebab Stunting pada Anak*. 1–2. Retrieved from <http://www.depkes.go.id>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja Indonesia*. Retrieved from <http://www.depkes.go.id>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Gizi Seimbang, Prestasi Gemilang*. Jakarta:Warta Kesmas.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Kebijakan dan Strategi Penanggulangan Stunting di Indonesia (Vol. 2)*. Jakarta: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.
- Mahfoedz, I., & Suryani, E. (2009). *Pendidikan Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pers.
- Megawati, Suriah, Ngatimin, R., & Yani, A. (2018). Edukasi TB Pengetahuan Sikap Kader Posyandu Melalui Permainan Simulasi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Indonesian Journal of Health Promotion*, 1(1), 5–11.

- Muharyani, P. W., Rahmawati, F., & Andhini, D. (2018). Aplikasi Strategi Intervensi Simulation Game. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*, 789–794.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam & Efendi. (2008). *Pendidikan dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Proverawati, A., & Wati, E. K. (2011). *Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rochmawati, Marlenywati, & Waliyo, E. (2013). Gizi Kurus (*Wasting*) pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pontianak. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2, 132–138.
- Saputri, I. Y., & Azam, M. (2015). Efektivitas Metode Simulasi Permainan “Monopoli HIV” terhadap Tingkat Pengetahuan Komprehensif HIV/AIDS pada Remaja di Kota Semarang. *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 107–114.
- Shita, A. D. P., & Sulistiyani. (2010). Pengaruh Kalsium terhadap Tumbuh Kembang Gigi Geligi Anak. *Jurnal Kedokteran Gigi*, 7(3), 40–44.
- Soetjoningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Suryagustina, Araya, W., & Jumielsa. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting terhadap pengetahuan dan Sikap Ibu di Kelurahan

Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan*, 9(2), 583.

Syahdrajat, T. (2015). *Panduan Menulis Tugas Akhir Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Kencana.

Wawan, A., & Dewi, M. (2018). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Winda, M., Maulida, Y., & Sari, L. (2014). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di Kabupaten Siak. *JOM FEKON*, 1(2), 1–15.