

ABSTRAK

PUTIR TRIAYU. 22S1AJ0003

PENGARUH EDUKASI GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA ANAK GIZI LEBIH DI SDN 1 LANDASAN ULIN TIMUR KOTA BANJARBARU DENGAN MEDIA PERMAINAN *PUZZLE*

Skripsi. Program Studi S1 Gizi. 2024
(xv + 119)

Overweight adalah kelebihan berat badan yang disebabkan oleh penimbunan jaringan lemak atau nonlemak. Sedangkan obesitas diartikan sebagai suatu kelainan atau penyakit yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Media *puzzle* dapat menarik minat belajar, melatih daya ingat, melatih psikomotorik, meningkatkan keterampilan kognitif, sosial, kreatifitas, dan terciptanya suasana kelas yang aktif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap pada anak gizi lebih di SDN 1 Landasan Ulin Timur Kota Banjarbaru dengan media permainan *puzzle*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre eksperimen*, dengan rancangan penelitian *one group pretest–posttest design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 75 responden dengan teknik pengambilan data total sampel. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *pre test* dan *post test* untuk pengetahuan dan sikap gizi seimbang dan media permainan *puzzle*. Analisis data dengan uji *wilcoxon* dengan nilai $p < 0,05$. Hasil penelitian diperoleh yaitu pemberian edukasi gizi dengan media permainan *puzzle* memiliki pengaruh terhadap perbedaan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan *p-value* 0,001. Pemberian edukasi gizi dengan media permainan *puzzle* memiliki pengaruh terhadap perbedaan sikap gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan *p-value* 0,001. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau pembandingan untuk penelitian selanjutnya dengan penambahan variabel lain seperti perilaku dan praktik terkait gizi.

Kata kunci: Edukasi, Gizi Lebih, Gizi Seimbang, *Puzzle*

ABSTRACT

PUTIR TRIAYU. 22S1AJ0003

THE EFFECT OF BALANCED NUTRITION EDUCATION ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES IN OVERNUTRITIONED CHILDREN AT SDN 1 LANDASAN ULIN TIMUR KOTA BANJARBARU USING PUZZLE GAME MEDIA

*Undergraduate thesis. Bachelor of Nutrition Study Program. 2024
(xv + 119)*

Overweight is excess body weight caused by the accumulation of fat or non-fat tissue. While obesity is defined as an abnormality or disease characterized by excessive accumulation of body fat tissue. Puzzle media can attract interest in learning, train memory, train psychomotor skills, improve cognitive, social, creativity skills, and create an active classroom atmosphere. The purpose of this study was to determine the effect of balanced nutrition education on knowledge and attitudes in overweight children at SDN 1 Landasan Ulin Timur, Banjarbaru City with puzzle game media. This study is a quantitative study with a pre-experimental research design, with a one group pretest–posttest design research design. The sample in the study amounted to 75 respondents with a total sample data collection technique. The instrument in this study used a pre-test and post-test questionnaire for knowledge and attitudes of balanced nutrition and puzzle game media. Data analysis with the Wilcoxon test with a p-value <0.05. The results of the study obtained that the provision of nutrition education with puzzle game media has an effect on the difference in nutritional knowledge before and after being given education with a p-value of 0.001. Providing nutrition education with puzzle game media has an effect on differences in nutrition attitudes before and after being given education with a p-value of 0.001. It is expected that the results of this study can be used as a reference or comparison for further research with the addition of other variables such as behavior and practices related to nutrition.

Keywords: *Balanced Nutrition, Education, Overnutrition, Puzzle*