

**PENGGUNAAN *NUTRIEDUTAINMENT* UNTUK  
PENINGKATAN PENGETAHUAN ANTIOKSIDAN ALAMI DI  
SMPN 1 DEPOK KABUPATEN CIREBON TAHUN 2023**

**Tugas Akhir**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun Oleh :

**AULIA AFRA' NABILAH**

NIM. P20631220002

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI CIREBON**

**TAHUN 2023**

# **Penggunaan *Nutriedutainment* Untuk Peningkatan Pengetahuan Antioksidan Alami di SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon Tahun 2023**

Aulia Afra' Nabilah<sup>1</sup>, Priyo Sulistiyono<sup>2</sup>

## **INTISARI**

Radikal bebas potensial meningkatkan kejadian penyakit degeneratif dari penuaan dini, stroke, bahkan kanker. Konsumsi senyawa antioksidan dapat mencegah radikal bebas. Senyawa antioksidan terdapat pada sayur dan buah. Hasil Riskesdas (2018) menunjukkan anak (10-14 tahun) yang tidak mengonsumsi buah dan sayur mencapai 18,63%. Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh pengetahuannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan *nutriedutainment* untuk peningkatan pengetahuan antioksidan alami pada siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon Tahun 2023.

Penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan desain penelitian *two group pre-test and post-test* yang dilaksanakan pada tanggal 10, 11, 14, dan 15 Februari 2023 di SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon. Kelompok perlakuan diberikan edukasi dengan metode *nutriedutainment* (media dongeng dan kartu kwartet), sedangkan kelompok kontrol dengan metode konvensional (media PPT). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX-F (perlakuan) dan IX-A (kontrol) SMPN 1 Depok yang hadir pada saat penelitian dilaksanakan dan telah bersedia menjadi responden. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Pengumpulan data pengetahuan dengan kuesioner. Analisa data disajikan secara deskriptif dengan tabel tunggal dan silang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran menggunakan metode *nutriedutainment* pada kelompok perlakuan siswa SMPN 1 Depok menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Perubahan tingkat pengetahuan kelompok perlakuan 100% mengalami kenaikan sedangkan kelompok kontrol 92,5%.

**Kata Kunci:** Antioksidan Alami, Metode Pembelajaran, *Nutriedutainment*, Peningkatan Pengetahuan.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

<sup>2</sup> Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

## PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penggunaan *Nutriedutainment* Untuk Peningkatan Pengetahuan Antioksidan Alami di SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon Tahun 2023”. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, kepada Para keluarganya, para sahabatnya, serta kepada kita selaku umatnya hingga akhir zaman.

Tugas akhir ini bukanlah karya yang sempurna karena masih memiliki banyak kekurangan, baik dalam hal penulisan maupun sistematika dan teknik penulisannya. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan saran yang membangun demi kesempurnaan tugas akhir ini. Akhirnya semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Tugas akhir ini dapat terwujud atas bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, karena itu selayaknya pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Uun Kunaepah, SST., M.Si. selaku Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon, yang telah memberikan saran dan masukan selama penyusunan penelitian ini.
2. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM., MKM selaku pembimbing yang telah memberikan semangat, masukan, arahan, dan telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini. Kebaikan Bapak Priyo tidak bisa saya tuliskan dengan lengkap, namun akan saya ukir selalu dalam doa.

3. Ibu Tursiwi Widiarti, S.Sos., MKM., selaku Penguji I yang telah membantu dan memberikan saran dalam penyusunan tugas akhir ini.
4. Ibu Dewi Vimala, SST., MPH., selaku dewan penguji II yang telah membantu dan memberikan saran dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Dosen dan staff Program Studi D III Gizi Cirebon, terima kasih atas segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi D III Gizi Cirebon.
6. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, menghibur dan sudah menjadi tempat berkeluh kesah serta selalu mendoakan tanpa henti sehingga penulis mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini untuk menyandang gelar Ahli Madya Gizi.
7. Nabila, Naufal, dan Rahmat yang sudah membantu saya secara mental agar tetap stabil, menghibur saya ketika sedih, dan juga menyemangati saya supaya tetap menyelesaikan tugas akhir ini hingga tepat pada waktunya.
8. Siswa kelas 9A dan kelas 9F SMPN 1 Depok yang sudah bersedia menjadi responden penelitian pada tugas akhir ini.
9. Day6, Treasure, dan Stray Kids yang karyanya selalu menemani saya dalam menyusun tugas akhir ini.
10. Teman-teman Kenzius (angkatan 11) terima kasih atas segala perhatian dan dukungan yang sudah diberikan selama 3 tahun menempuh pendidikan bersama.
11. Serta semua rekan dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu jalannya penyusunan Tugas Akhir ini.

Semoga hasil penelitian ini bisa diterima dan bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam penyusunan Tugas Akhir selanjutnya.

Cirebon, 31 Mei 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>iii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TUNJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Remaja.....	7
2. Pengetahuan .....	10
3. <i>Nutriedutainment</i> .....	16
4. Antioksidan Alami .....	17
B. Kerangka Teori .....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
A. Jenis Penelitian .....	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi .....	25
2. Besar Sampel.....	25
3. Teknik Sampling .....	26

D. Variable dan Definisi Operasional.....	27
1. Variabel .....	27
2. Definisi Operasional.....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
1. Jenis Data .....	29
2. Cara Pengumpulan Data.....	30
3. Instrumen Penelitian.....	31
F. Pengolahan dan Hasil Analisis .....	32
1. Teknik Pengolahan Data .....	32
2. Analisis Data .....	34
G. Jalannya Penelitian .....	35
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
A. Hasil .....	37
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	37
2. Karakteristik Responden .....	37
3. Pengetahuan Antioksidan Alami .....	38
B. Pembahasan .....	42
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>44</b>
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional .....	28
Tabel 2 Karakteristik Responden Penelitian .....	38
Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....	39
Tabel 4 Tingkat Ketertarikan Kelompok Perlakuan dan Kontrol .....	40
Tabel 5 Tingkat Pemahaman Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....	41
Tabel 6 Analisis Cross Stap Tren Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....	42



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2 Kerangka Konsep .....	23
Gambar 3 Desain Penelitian.....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Perizinan Data Awal .....	50
Lampiran 2 Naskah Penjelasan Penelitian .....	51
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden .....	53
Lampiran 4 Media Dongeng .....	54
Lampiran 5 Media Kartu Kuartet .....	60
Lampiran 6 Kuesioner Pre-Test dan Post-Test .....	62
Lampiran 7 Kuesioner Ketertarikan Metode.....	67
Lampiran 8 Daftar Skor Responden Perlakuan.....	68
Lampiran 9 Daftar Skor Responden Kontrol .....	69
Lampiran 10 Rekapitulasi Jawaban Responden.....	70
Lampiran 11 Foto Kegiatan .....	73