

Periode : Semester Ganjil
Tahun : 2023/2024
Skema Penelitian : Penelitian Dasar
Tema RIP Penelitian : Kesehatan dan Obat

LAPORAN AKHIR

PROGRAM PENELITIAN

**“EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON PENGANTIN
WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT, JAKARTA TIMUR”**



Oleh :

Ketua	: Anugrah Novianti, S.Gz, M.Gizi	NIDN : 0303118902
Anggota I	: Prita Dhyani Swamilaskita, S.P, M.Si	NIDN : 0417098602
Mahasiswa I	: Zelsya Nabilla Widodo	NIM : 20200302050
Mahasiswa II	: Fanny Citra Berlian	NIM : 20200302068
Mahasiswa III	: Tyas Laksita Dewi	NIM : 20200302090
Mahasiswa IV	: Sekar Sholehah	NIM : 20200302076
Mahasiswa V	: Farah Eka Syafirah	NIM : 20200302051

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
TAHUN 2024**

Lembar Pengesahan Laporan Akhir
Program Penelitian
Universitas Esa Unggul

1. Judul Kegiatan Penelitian : EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON PENGANTIN WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT, JAKARTA TIMUR
2. Nama Mitra Sasaran : Sunersi Handayani, SKM, MKM
3. Ketua Tim
 - a. Nama Lengkap : ANUGRAH NOVIANTI, SGz, M.Gizi
 - b. NIDN : 0303118902
 - c. Jabatan Fungsional : Lektor (300)
 - d. Fakultas/ Program Studi : Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan/ Fikes/Program Studi Ilmu Gizi
 - e. Bidang Keahlian : ILMU GIZI
 - f. Nomor Telepon/ HP : 081284354248
 - g. Email : anugrah.novianti@esaunggul.ac.id
4. Jumlah Anggota Dosen : 1 orang
5. Jumlah Anggota Mahasiswa : 5 orang
6. Lokasi Kegiatan Mitra
 - Alamat : Jl. H. Dogol No.15A, RT.7/RW.16, Duren Sawit, Kec. Duren Sawit, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13420
 - Kabupaten/ Kota : KOTA ADM. JAKARTA TIMUR
 - Provinsi : DKI JAKARTA
7. Periode/ Waktu Kegiatan : 31 Juli 2023 s/d 31 Juli 2024
8. Luaran yang Dihasilkan : Jurnal Nasional terakreditasi Sinta 1
9. Usulan/ Realisasi Anggaran
 - a. Dana Internal : 10.000.000
 - b. Sumber Dana Lain (1) :

Jakarta, 15 Maret 2024
Ketua Peneliti,



(ANUGRAH NOVIANTI, SGz, M.Gizi)
NIDN/K. 0303118902

Menyetujui,

Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

(Prof. Dr. APRILITA RINA YANTI EFF,
M.Biomed, Apt)
NIP/NIK. 215020572

Mengetahui,

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian
Masyarakat Universitas Esa Unggul



(LARAS SITOAYU, S.Gz, M.K.M)
NIK. 215080596

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

Judul Penelitian : EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON PENGANTIN WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT, JAKARTA TIMUR

Tim Peneliti

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Instansi Asal	Alokasi waktu (Jam/minggu)
1	Anugrah Novianti, S.Gz, M.Gizi	Ketua	Gizi Klinis	Univ. Esa Unggul	5 jam
2	Prita Dhyani Swamilaskita, S.P, M.Si	Anggota I	Gizi Institusi	Univ. Esa Unggul	5 jam

- Objek Penelitian : Calon Pengantin Perempuan
- Masa pelaksanaan
Mulai : Juni 2023
Berakhir tahun : Juli 2024
- Usulan biaya
Tahun ke-1 : Rp. 10.000.000,-
- Lokasi Penelitian : Puskesmas Kecamatan Duren Sawit
- Instansi yang terlibat : -
- Temuan yang ditargetkan : Efektivitas Pendidikan Gizi dan Media yang digunakan Terhadap Pengtahuan dan Sikap Catin
- Kontribusi mendasar pada suatu bidang ilmu : Pengadaan Media Pendidikan Gizi tentang Gizi Prakonsepsi pada Catin
- Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran : Jurnal Gizi Indonesia, Universitas Diponegoro
- Rencana luaran berupa jasa, metode, model, sistem, produk/barang, paten, atau luaran lainnya yang ditargetkan :
 - Publikasi Ilmiah Jurnal Internasional, tahun ke-1 Target : tidak ada
 - Publikasi Ilmiah Jurnal Nasional Terakreditasi, tahun ke-1 Target: **ada**
 - Publikasi Ilmiah Jurnal Nasional Tidak Terakreditasi, tahun ke-1 Target: ada

- d. Pemakalah dalam pertemuan ilmiah Nasional, tahun ke-1 Target: belum
- e. Pemakalah dalam pertemuan ilmiah Internasional, tahun ke-1 Target: tidak ada
- f. Keynote Speaker dalam pertemuan ilmiah Internasional, tahun ke-1 Target: tidak ada
- g. Keynote Speaker dalam pertemuan ilmiah Nasional, tahun ke-1 Target: belum
- h. Visiting Lecturer Internasional, tahun ke-1 Target: tidak ada
- i. Paten, tahun ke-1 Target: tidak ada
- j. Paten Sederhana, tahun ke-1 Target: tidak ada
- k. Hak Cipta, tahun ke-1 Target: **ada**
- l. Merk Dagang, tahun ke-1 Target: tidak ada
- m. Rahasia Dagang, tahun ke-1 Target: tidak ada
- n. Desain Produk Industri, tahun ke-1 Target: tidak ada
- o. Indikasi Geografis, tahun ke-1 Target: tidak ada
- p. Perlindungan Varietas Tanaman, tahun ke-1 Target: tidak ada
- q. Perlindungan Topografi Sirkuit , tahun ke-1 Target: tidak ada
- r. Teknologi Tepat Guna, tahun ke-1 Target: belum/tidak ada
- s. Model/Purwarupa/Desain/Karya Seni/Rekayasa Sosial, tahun ke-1 Target: **ada**
- t. Buku Ajar (ISBN), tahun ke-1 Target: tidak ada
- u. Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT), tahun ke-1 Target: -

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM	2
DAFTAR ISI	6
DAFTAR TABEL	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR GAMBAR	8
DAFTAR TIM PELAKSANA PENELITIAN	9
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
2. Permasalahan	Error! Bookmark not defined.
3. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
5. Hasil yang diharapkan	Error! Bookmark not defined.
BAB II RENTRA DAN PETA JALAN PENELITIAN PERGURUAN TINGGI....	Error! Bookmark not defined.
1. Renstra Perguruan Tinggi	Error! Bookmark not defined.
2. Peta Jalan	Error! Bookmark not defined.
BAB III TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
1. Tinjauan Pustaka	Error! Bookmark not defined.
2. Landasan Teori	Error! Bookmark not defined.
3. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB IV METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
1. Bahan dan Alat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Waktu dan Tempat.....	Error! Bookmark not defined.
3. Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4. Pengamatan/ Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
5. Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
6. Jadwal Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V BIAYA DAN JADWAL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
1. Biaya.....	Error! Bookmark not defined.
2. Jadwal Penelitian	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Rencana Target Capaian Tahun Pertama	12
Tabel 4.1 Rencana Biaya Penelitian	32
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian	16

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Renstra Penelitian	13
Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian	27
Gambar 3.2 Rancangan Desain Cover Booklet	29

DAFTAR TIM PELAKSANA PENELITIAN UNIVERSITAS ESA UNGGUL

1. Ketua Pelaksana :
Nama : Anugrah Novianti, S.Gz, M.Gizi
NIDN : 0303118902
Jabatan Fungsional : Lektor
Fakultas/ Prodi : Ilmu Kesehatan/Ilmu Gizi
Tugas : 1. Koordinasi dengan anggota pengusul untuk persiapan penelitian
2. Bertanggung jawab terhadap proses persiapan dan perizinan
2. Anggota 1 :
Nama : Prita Dhyani S, S.P, M.Si
NIDN : 0417098602
Jabatan Fungsional : Lektor
Fakultas/ Prodi : Ilmu Kesehatan/Ilmu Gizi
Tugas : 1. Ikut serta dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian
2. Mengolah dan menganalisis data penelitian
3. Mahasiswa 1 :
Nama : Zelsya Nabilla Widodo
NIM : 20200302090
Fakultas/ Prodi : Ilmu Kesehatan/Ilmu Gizi
Tugas : 1. Membantu proses pengambilan data penelitian dan perijinan
2. Mengolah dan menganalisis data penelitian
4. Mahasiswa 2 :
Nama : Fanny Citra Berlian
NIM : 20200302068
Fakultas/ Prodi : Ilmu Kesehatan/Ilmu Gizi
Tugas : 1. Membantu proses pengambilan data penelitian dan perijinan
2. Mengolah dan menganalisis data penelitian
5. Mahasiswa 3 :
Nama : Tyas Laksita Dewi
NIM : 20200302090
Fakultas/ Prodi : Ilmu Kesehatan/Ilmu Gizi
Tugas : 1. Membantu proses pengambilan data penelitian dan perijinan
2. Mengolah dan menganalisis data penelitian

BAB I PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Kejadian permasalahan gizi pada wanita usia subur atau WUS masih tinggi di Indonesia. Masalah gizi seperti Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada wanita hamil sebesar 17,3% dan pada wanita tidak hamil sebesar 14,3%. Dimana, prevalensi KEK di wilayah DKI Jakarta juga masih tergolong cukup tinggi, pada wanita hamil persentase KEK paling tinggi ialah di wilayah Jakarta Timur yang mencapai 18,46%. Tidak hanya kejadian KEK namun obesitas pada usia dewasa baik pada perempuan dan laki-laki masih cukup tinggi di Indonesia berdasarkan RISKESDAS 2018 terdapat 21,6% dewasa usia 18 tahun mengalami obesitas. Masalah gizi inilah yang apabila tidak segera ditangani akan berdampak pada generasi berikutnya, seperti risiko BBLR, anemia pada bayi hingga kejadian Pre Eklampsia dan Diabetes Gestasional pada Ibu yang terindikasi mengalami masalah gizi pada saat menjelang pernikahan.

Salah satu upaya pencegahan permasalahan gizi pada calon mempelai ialah melakukan skrining gizi minimal 3 bulan sebelum menikah seperti tercantum dalam Renstra Dinas Kesehatan DKI Jakarta th 2023-2026 tentang Skrining Gizi dan Kesehatan untuk Calon Pengantin (CATIN) yang dilakukan di fasilitas kesehatan seperti Puskesmas yang bekerjasama dengan KUA setempat. Skrining gizi dapat membantu mendeteksi lebih dini permasalahan gizi (KEK dan anemia) yang dialami setiap calon pengantin. Pemeriksaan/skrining gizi pada Calon Pengantin (CATIN) merupakan salah satu syarat yang harus dilakukan sebelum menikah seperti tercantum dalam Rencana Strategis (Renstra) Dinas Kesehatan DKI Jakarta tahun 2023-2026. Hal ini dilakukan guna meminimalkan angka permasalahan gizi di Indonesia.

Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi calon pengantin. Terlebih bagi calon pengantin wanita yang akan mengalami fase hamil bahkan sesaat setelah menikah. Dimana pada fase 1000 HPK (hari pertama kehidupan) dari calon buah hati mulai terbentuk dalam kandungan Ibu hingga anak berusia 2 tahun, diharapkan tidak terjadi masalah gizi yang akan berdampak bagi kesehatan calon buah hati (1). Permasalahan gizi tersebut dapat terjadi karena kurangnya kesadaran terkait pentingnya skrining gizi sebelum menikah dan kurangnya pengetahuan gizi calon pengantin, sehingga banyak dari calon pengantin yang memiliki permasalahan gizi (2).

Berdasarkan data global yang dikeluarkan oleh WHO tahun 2016 menunjukkan bahwa lebih dari 1,9 miliar dewasa usia 18 tahun mengalami *overweight*, dan 650 juta mengalami obesitas. WHO juga menjelaskan bahwa secara global sebanyak 9,4% wanita usia 18 tahun keatas memiliki indeks massa tubuh yang berada pada kategori *underweight* ($<18,5 \text{ kg/m}^2$). Berdasarkan data *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) pada tahun 2011 terdapat 41% perempuan hamil yang menderita KEK (kekurangan energi kronik) (3). Selain itu di Indonesia sendiri berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 14,5% wanita tidak hamil mengalami KEK, dan sebanyak 17,3% wanita hamil mengalami KEK atau kekurangan energi kronik(4).

Dari data Riskesdas DKI Jakarta tahun 2018 pada wanita usia subur usia sebanyak 11,26% ibu hamil mengalami KEK di wilayah Jakarta Pusat, 16,46% ibu hamil mengalami KEK di wilayah Jakarta Selatan, 18,46% di daerah Jakarta Timur, 13,81% di wilayah Jakarta Barat. Selain itu untuk kejadian KEK pada wanita tidak hamil di daerah Jakarta Selatan menurut Riskesdas DKI Jakarta tahun 2018 adalah 12,30%, Jakarta Timur 9,70%, Jakarta Pusat 10,57%, dan Jakarta Barat 12,61% (5). Selain itu, Riskesdas tahun 2018 juga menyebutkan bahwa 21,8% orang dewasa berusia 18 tahun mengalami obesitas dengan 31% dewasa usia 18 tahun mengalami obesitas sentral, dari data Riskesdas DKI Jakarta tahun 2018 sebanyak 37,02% dewasa usia 25-34 tahun mengalami obesitas sentral. Permasalahan gizi inilah yang harus diperhatikan dikarenakan dapat menimbulkan dampak yang tidak baik bagi generasi selanjutnya (6).

Menurut Fitriani tahun 2021 pengetahuan gizi prakonsepsi menjadi salah satu factor terpenting dalam mempersiapkan kehamilan (Fitriani, December, 2021). Menurut *Food and Agriculture Organization* tahun 1994, edukasi gizi dilakukan dengan tujuan untuk memperkuat perilaku terkait gizi untuk mengubah kebiasaan yang menyebabkan masalah kesehatan, menciptakan motivasi untuk berubah pada individu, untuk mengedukasi perilaku konsumsi makanan dan gizi untuk mempromosikan dan menjaga kesehatan yang baik (FAO, 1994). Dalam mencapai tujuan edukasi diperlukan sebuah media sebagai sarana komunikasi non verbal. Booklet termasuk dalam jenis media cetak berbentuk buku berukuran relatif kecil yang dapat memuat informasi dan wawasan mengenai bidang ilmu tertentu (Pribadi, 2017).

Upaya peningkatan pengetahuan diperlukan pendidikan gizi mengenai gizi pra konsepsi pada calon pengantin. Menurut Fitriani tahun 2021 pengetahuan gizi prakonsepsi menjadi salah satu factor terpenting dalam mempersiapkan kehamilan (Fitriani, 2021).

Menurut tahun 1994, edukasi gizi dilakukan dengan tujuan untuk memperkuat perilaku terkait gizi untuk mengubah kebiasaan yang menyebabkan masalah kesehatan, menciptakan motivasi untuk berubah pada individu, untuk mengedukasi perilaku konsumsi makanan dan gizi untuk mempromosikan dan menjaga kesehatan yang baik (FAO, 1994). Dalam mencapai tujuan edukasi diperlukan sebuah media sebagai sarana komunikasi non verbal. Salah satu media yang dapat digunakan dalam melakukan pendidikan gizi ialah Booklet. Booklet termasuk dalam jenis media cetak berbentuk buku berukuran relatif kecil yang dapat memuat informasi dan wawasan mengenai bidang ilmu tertentu.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti terkait *EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON PENGANTIN WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT, JAKARTA TIMUR.*

2. Permasalahan

Untuk mengetahui EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON PENGANTIN WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT, JAKARTA TIMUR

3. Tujuan Penelitian

3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk Efektivitas Pendidikan Gizi Pra Konsepsi pada Calon Pengantin Wanita di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jakarta Timur.

3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik calon pengantin di wilayah kerja Puskesmas Duren Sawit, Jakarta Timur.
2. Mengidentifikasi Status Gizi calon pengantin di wilayah kerja Puskesmas Duren Sawit, Jakarta Timur.
3. Mengidentifikasi Tingkat Pengetahuan Gizi calon pengantin di wilayah kerja Puskesmas Duren Sawit, Jakarta Timur.
4. Menganalisa Efektivitas Pendidikan Gizi Pra Konsepsi pada Calon Pengantin Wanita di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jakarta Timur.

1.4 Luaran Penelitian

Hasil analisis data akan dipublikasikan dalam artikel jurnal nasional. Adapun rencana target capaian tahunan dapat diringkas pada Tabel 1.1

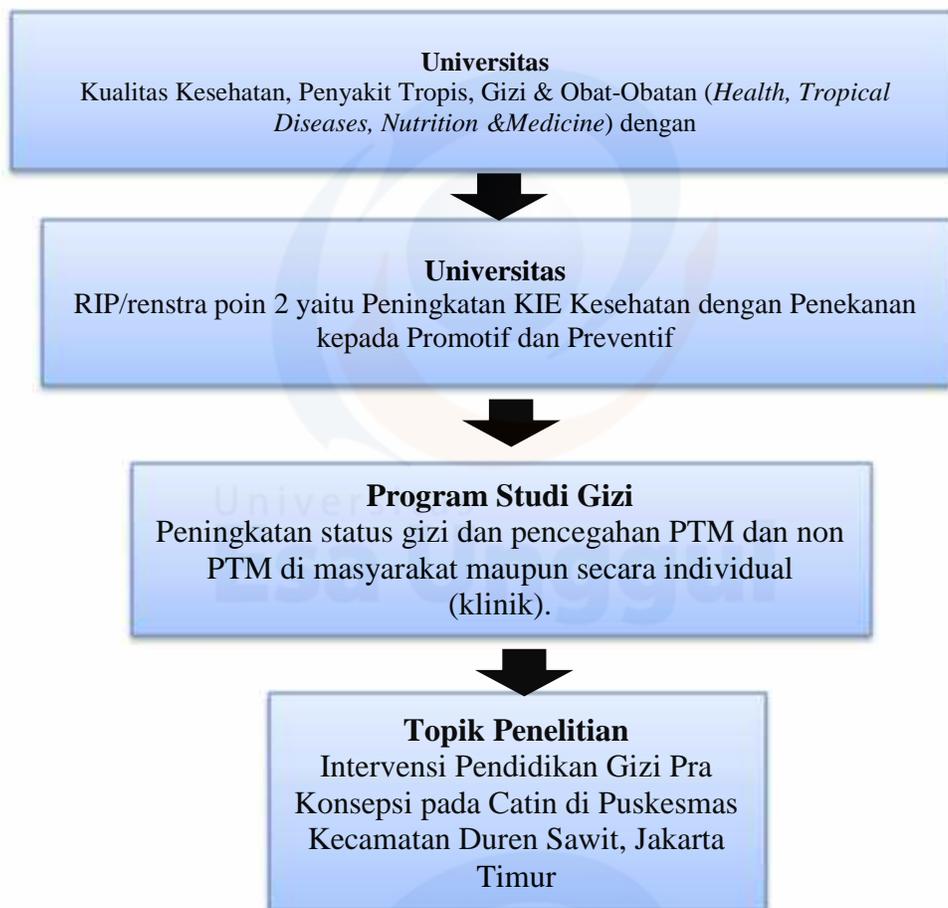
Tabel 1.1 Rencana Target Capaian Tahun Pertama

No.	Jenis Luaran				Indikator Capaian		
	Kategori	Sub Kategori	Wajib	Tambahan	TS	TS + 1	TS +2
1.	Artikel ilmiah dimuat di jurnal	Internasional Bereputasi					
		Nasional Terakreditasi		<i>Submitted</i>			
		Nasional Tidak Terakreditasi		<i>Accepted</i>			
2.	Artikel ilmiah dimuat di prosiding	Internasional terindeks					
		Nasional					
3.	HKI	Paten					
		Paten Sederhana					
		Hak Cipta					
		Merek Dagang					
		Desain Produk Industri					
4.	Teknologi Tepat Guna						
5.	Model/Purwarupa/Karya Seni/Rekayasa Sosial						
6.	Buku Ajar (ISBN)						
7.	Tingkat Kesiapan Teknologi						

BAB II

RENSTRA DAN PETA JALAN PENELITIAN PERGURUAN TINGGI

Penelitian ini sesuai dengan tema sentral universitas poin 3 yaitu Kualitas Kesehatan, Penyakit Tropis, Gizi & Obat-Obatan (*Health, Tropical Diseases, Nutrition & Medicine*) dengan RIP/ renstra poin 2 yaitu Peningkatan KIE Kesehatan dengan Penekanan kepada Promotif dan Preventif. Hal ini sejalan dengan RIP yang dibuat oleh program studi dengan mengacu pada RIP Universitas Program Gizi sebagai upaya peningkatan status gizi dan pencegahan PTM dan non PTM dimasyarakat maupun secara individual (klinik).



Gambar 2.1 Gambaran Renstra Universitas

BAB III

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gizi Prakonsepsi

Prakonsepsi merupakan periode sebelum kehamilan. Pada periode ini calon pengantin harus mempersiapkan kondisi fisik dan kesehatan yang baik sebelum merencanakan kehamilan, seperti menjaga kondisi tubuh dan mengoptimalkan asupan makanan dengan gizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan zat gizi. Gizi memiliki peran penting dalam periode prakonsepsi karena diperlukan dalam memaksimalkan kerja organ reproduksi dan menjadi cadangan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Pemenuhan gizi pada periode prakonsepsi menggunakan pedoman gizi seimbang yang telah dikeluarkan oleh kementerian kesehatan republic Indonesia. Gizi seimbang merupakan susunan ketepatan jenis dan jumlah konsumsi makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh individu, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, tingkat aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi dengan cara melakukan pemantauan berat badan secara teratur.

B. Status Gizi Catin

Calon pengantin diwajibkan melakukan pemeriksaan kesehatan, termasuk pemeriksaan gizi. Pemeriksaan status gizi menjadi salah satu pemeriksaan yang dilakukan. Tingkat status gizi calon pengantin menjadi factor dalam terjadinya masalah gizi dan kesehatan. Status gizi merupakan gambaran dari keseimbangan jumlah asupan makanan dan pemakaian energi dalam bentuk aktivitas fisik dalam mencukupi total kebutuhan gizi sehari-hari. Terpenuhinya kebutuhan gizi seseorang sudah menjadi keharusan untuk mengoptimalkan kerja organ tubuh dan menghindari terkena berbagai macam gangguan kesehatan. Menurut *World Health Organization (WHO)*, Semakin tercukupinya zat gizi berkaitan dengan peningkatan status kesehatan seseorang, meningkatnya sistem kekebalan tubuh, meningkatkan keamanan pada masa kehamilan dan melahirkan, dan menurunkan risiko PTM (Penyakit Tidak Menular).

2.1 Penilaian Status gizi pada WUS

Pada umumnya, tingkat status gizi dapat dikelompokkan menjadi status gizi normal, status gizi kurang, dan status gizi berlebih. Dalam mengelompokkan status gizi individu termasuk dalam salah satu dari ketiga kelompok tersebut perlu adanya metode yang dilakukan..

a. Metode antropometri

Salah satu cara untuk mengelompokkan status gizi individu adalah metode mengukur bagian tubuh individu. Metode antropometri merupakan salah satu penilaian status gizi yang dilakukan dengan cara menghitung ukuran tubuh individu, dengan arti dari antropometri yaitu anthropo berarti manusia dan metri berarti ukuran. Penilaian status gizi pada wanita usia subur dapat melalui metode antropometri seperti berat badan, tinggi badan, Lingkar lengan atas.

1. Berat Badan

Pengukuran berat badan menjadi salah satu parameter antropometri karena perubahan berat badan lebih mudah terlihat dalam waktu singkat sehingga dapat menjadi cerminan status gizi terbaru. Selain itu berat badan merupakan cerminan dari total jumlah protein, air, lemak, dan mineral dalam tubuh individu. Terdapat beberapa alat yang dapat digunakan untuk melakukan pengukuran berat badan, yaitu dacin, timbangan detecto, *bathroom scale* (timbangan kamar mandi), timbangan injak digital, *baby scale* dan timbangan berat badan jenis lain. Terdapat persyaratan alat yang dapat digunakan untuk mendapatkan hasil yang akurat, yaitu alat ukur harus mudah digunakan dan dibawa, mudah mendapatkannya, harga alat relatif murah dan terjangkau, ketelitian alat ukur sebaiknya 0.1 kg, skala jelas, dan mudah dibaca, cukup aman jika digunakan dan alat selalu dikalibrasi. (Par'i, Wiyono, & Harjantmo, 2017)

2. Tinggi Badan

Pertumbuhan tinggi badan yang kurang dalam waktu lama disebabkan oleh masalah gizi kronis pada individu. Pengukuran tinggi badan merupakan salah satu parameter pengukuran antropometri karena dapat memberikan bayangan terkait pertumbuhan massa tulang seseorang yang termasuk hasil dari asupan gizi. Terdapat beberapa alat

yang dapat digunakan untuk melakukan pengukuran tinggi badan, yaitu microtoice dan stadiometer.

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

3. Lingkar Lengan Atas (LILA)

Pengukuran besar lingkar lengan atas dilakukan untuk mengetahui gambaran dari keadaan lapisan lemak bawah kulit dan jaringan otot. Pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui ada dan tidaknya risiko kekurangan energi kronis pada WUS (wanita usia subur) dan ibu hamil. Kondisi kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil akan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan BBLR. Hasil pengukuran LILA yang normal dan tidak menderita KEK adalah 23,5 cm. Pengukuran lingkar lengan atas (LILA) dilakukan dengan cara lengan yang lebih tidak aktif digunakan lalu diukur besar lingkar pada pertengahannya yaitu antara pangkal lengan atas dan ujung siku dalam ukuran cm (centi meter). Pengukuran LILA memiliki kelebihan seperti mudah dilakukan dan mudah dibawa.

4. Indeks Massa Tubuh (IMT)

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu pendekatan untuk mengetahui komposisi tubuh yang aktual. IMT ditentukan dengan cara membagi berat badan dalam satuan kilogram dengan tinggi badan dalam satuan meter kuadrat.

$$IMT = \frac{B}{T^2} \quad \left(\frac{K}{m^2} \right)$$

Terdapat beberapa sumber dalam menentukan ambang batas dari IMT yang diklasifikasikan dalam beberapa tingkat status gizi.

World Health Organization, mengelompokkan ambang batas indeks massa tubuh dalam beberapa tingkatan status gizi, yaitu:

Indeks Massa Tubuh $\left(\frac{K}{m^2}\right)$	Klasifikasi
< 18,5	Kurus (<i>Underweight</i>)
18,5-24,9	Normal
25,0-29,9	Pre-Obesitas

30,0-34,9	Obesitas Tingkat I
35,0-39,9	Obesitas Tingkat II
> 40,0	Obesitas Tingkat III

Sumber: *World Health Organization* (2010)

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Batas ambang indeks massa tubuh (IMT) dikelompokkan dalam beberapa kategori yaitu

Kategori		Indeks Massa Tubuh ($\frac{K}{m^2}$)
Kurus (<i>underweight</i>)	Kekurangan berat badan tingkat berat	< 17,0
	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0-18,4
Normal		18,5-25,0
Gemuk (<i>Overweight</i>)	Kelebihan berat badan tingkat ringan	25,1-27,0
	Kelebihan berat badan tingkat berat	> 27,0

Sumber: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019)

b. Metode Biokimia

Pada metode pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui tingkat jumlah zat gizi dalam tubuh yang berasal dari makanan yang dikonsumsi, pengukuran ini dilakukan secara langsung pada bagian tubuh individu dengan menggunakan peralatan laboratorium.

c. Metode Survey Konsumsi Pangan

Salah satu alasan dilakukannya pengukuran konsumsi pangan dalam menentukan status gizi adalah untuk mengetahui rata-rata tingkat kecukupan asupan gizi individu. Masalah gizi yang terjadi pada individu didasari oleh adanya ketidaksesuaian asupan makanan yang

dikonsumsi. Kebiasaan makan yang didapat dari hasil pengukuran ini akan menggambarkan status gizi individu di masa depan, seperti didapatkan asupan makan pasien berlebih maka pasien berisiko memiliki status gizi berlebih di masa yang akan datang. Metode pengukuran konsumsi pangan pada individu dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu metode recall 24 jam, metode food record, metode penimbangan makanan, dan metode frekuensi makanan.

2.2 Asupan Zat Gizi

Tingkat kecukupan zat gizi individu akan mencegahnya terkena masalah kesehatan, termasuk masalah gizi. Terjadinya masalah gizi diakibatkan karena tidak seimbangnya asupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) dan mikro (vitamin dan mineral). Setiap individu memiliki kebutuhan zat gizi yang berbeda, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, aktivitas fisik, penyakit atau gangguan kesehatan yang dimilikinya.

a. Zat Gizi Makro

Kebutuhan zat gizi yang diperlukan dalam satuan gram dalam sehari dikelompokkan menjadi zat gizi makro. Energi, karbohidrat, protein, dan lemak merupakan zat gizi makro. Menurut Dwiyani dkk, 2015, Asupan Zat gizi makro sangat penting karena termasuk dalam contributor utama untuk energi dan sumber utama dalam pertumbuhan otot (Dwiyana, 2017). Selain itu Fatie tahun 2021 menambahkan bahwa zat gizi makro juga berfungsi untuk menjaga perkembangan dan fungsi dari kerja organ tubuh yang normal dan memperbaiki jaringan yang rusak (Fatie, B, & F, 2021).

1. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan salah satu kelompok zat gizi makro yang terdiri dari senyawa karbon, hydrogen dan oksigen yang terdapat dalam alam. Menurut Poedjiadi tahun 2006, karbohidrat merupakan polisakarida aldehyd dan keton atau turunan mereka (Poedjiadi, 2006). Polisakarida termasuk dalam bahan alam yang berlimpah dan seringkali dijumpai pada tumbuh-tumbuhan dan hewan (Kristianto & dkk, 2020). Secara umum, molekul yang dimiliki polisakarida memiliki ukuran yang lebih besar dan kompleks daripada golongan monosakarida dan oligosakarida. Berdasarkan ikatannya, karbohidrat dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu kompleks dan sederhana. Dalam tubuh manusia, karbohidrat memiliki fungsi penting seperti sebagai sumber energi, membuat makanan memiliki rasa manis karena

mengandung glukosa, penghemat protein, pengatur metabolisme lemak, dan membantu proses pembuangan feses.

2. Protein

Makromolekul polipeptida yang berasal dari sejumlah L-asam amino yang diikat dengan ikatan peptide merupakan pengertian dari protein (Probosari, 2019). Protein memiliki karakteristik yang berbeda-beda tergantung dari jenis asam amino yang membentuknya, jumlah berapa kali muncul, dan urutan molekul dalam ikatan proteinnya. Protein berfungsi untuk melindungi tubuh dari zat berbahaya dengan ikut dalam mengatur beberapa proses metabolisme dalam enzim dan hormone. Selain itu protein berfungsi sebagai zat yang mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan dan sel dalam tubuh. (Anisaa & Dewi, 2021).

3. Lemak

Lemak merupakan salah satu zat gizi makro yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah yang besar, dalam 1 gr lemak mengandung 9 kalori hal ini menyebabkan lemak menjadi zat gizi yang menyumbang kalori terbesar dalam makanan. Simpanan energi yang berasal dari lemak akan membantu sebagai pelarut vitamin A, D, E, dan K dan melindungi orang-orangan vital dalam tubuh. Kekurangan asupan lemak akan berdampak pada penyerapan vitamin larut lemak dan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan remaja (Woisisi, Mangalik, & N., 2022). Sedangkan dampak dari konsumsi lemak secara berlebihan adalah penyimpanan lemak berlebih dalam tubuh yang menyebabkan obesitas dan masalah gizi lainnya.

2.3 Masalah Gizi Calon Pengantin

a. Gizi Lebih

Gizi lebih merupakan kondisi dari akumulasi lemak yang berlebihan di dalam tubuh yang dapat mengganggu kesehatan (World Health Organization, 2021). Gizi lebih dapat ditandai dengan tingkat IMT lebih dari batas ambang normal atau $> 25,00 \frac{K}{m^2}$. Menurut Hruby A dan Hu FB tahun 2015 dalam Hieronimus tahun 2021, obesitas disebabkan oleh factor yang bersifat multifactorial dan meliputi pengaruh dari lingkungan (makanan), status social ekonomi, kesehatan psikologis, dan aspek budaya (Hieronimus & Ensenauer, 2021). Pada masa pra-konsepsi, obesitas merupakan factor risiko yang menyebabkan berbagai komplikasi yang berhubungan dengan masa kehamilan, seperti terjadinya infertilitas dan subfertilitas pada pria dan wanita, meningkatkan risiko terjadinya hipertensi, preeklampsia,

tromboemboli, operasi caesar, kenaikan berat badan yang berlebihan, dan risiko kelaianan metabolik seperti diabetes gestasional (Hieronimus & Ensenauer, 2021).

b. Gizi Kurang dan KEK (Kekurangan Energi Kronis)

Gizi kurang merupakan suatu masalah gizi yang ditandai dengan berat badan yang kurang menurut umur. Gizi kurang ditandai dengan IMT sebesar $< 18,5 \frac{K}{m^2}$. Status gizi yang kurang pada wanita usia subur akan mempengaruhi kondisi kehamilan. Menurut Suhaeti tahun 2018, wanita yang mengalami kekurangan gizi pada masa kehamilan akan mengalami masalah yang berdampak pada kondisi ibu dan balita, seperti anemia, pendarahan dan kurangnya kenaikan berat badan ibu selama kehamilan, proses kehamilan yang sulit dan lama, bayi lahir premature, mengalami pendarahan pasca persalinan, keguguran, abortus, bayi berisiko mengalami cacat bawaan dan kejadian BBLR (Suhaeti, 2018).

Kekurangan Energi Kronis atau KEK merupakan suatu masalah gizi yang diakibatkan kurangnya asupan zat gizi terutama energi dan protein (gizi kurang) dalam waktu yang lama dan berisiko mengalami gangguan fungsi tubuh dan kesehatan. KEK ditandai dengan status gizi yang kurang atau IMT $< 18,5 \frac{K}{m^2}$ dan Lingkar lengan atas (LILA) sebesar $< 23,5$ cm. Terdapat beberapa factor yang dapat menyebabkan seseorang terkena kekurangan energi kronis, seperti asupan makanan yang tidak mencukupi kebutuhan energi harian, status social ekonomi, dan adanya masalah infeksi. Kekurangan energi kronis yang dialami pada usia dewasa akan mengakibatkan beberapa gangguan fungsional, mengurangi pencapaian prestasi dan produktivitas kerja serta meningkatkan risiko morbiditas dan kematian (Dagne, 2021). Kekurangan energi kronis yang dialami oleh wanita hingga masa kehamilan akan menyebabkan risiko bayi yang dilahirkan mengalami BBLR semakin tinggi (Fitriani, December, 2021).

c. Defisiensi Zat Gizi Mikro

Anemia atau defisiensi zat besi merupakan masalah gizi yang diakibatkan karena kekurangan zat besi ditandai dengan sel darah merah kurang dari normal. Kejadian anemia dapat diakibatkan oleh beberapa factor seperti konsumsi bahan makanan heme, konsumsi enhancer, konsumsi inhibitor, dan bioavailabilitas. (Warda & Fayasari, 2021). Wanita usia subur yang mengalami anemia hingga masa kehamilan akan meningkatkan risiko persalinan premature, BBLR, meningkatnya morbiditas dan mortalitas ibu, gangguan kognitif, penyakit menular dan kardiovaskular (Pamela, Nurmala, & Ayu, 2022)

2.4 Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin

a. Definisi

Pengetahuan merupakan hal utama yang mendasar dalam ada atau tidaknya kemajuan dalam peradaban bangsa, Menurut Ridwan tahun 2021, Ilmu pengetahuan merupakan seperangkat pengetahuan yang bermanfaat untuk mencari, menemukan, dan meningkatkan pemahaman dalam suatu masalah yang menjadi kajian dalam seperangkat konsep, teori, dan metode ilmiah (Ridwan, S, & Badarussyamsi, April 2021). Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi mereka dalam bersikap. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki maka sikap yang akan dicerminkan biasanya lebih positif.

b. Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan dan Sikap

Menurut Budiman dan Riyanto 2013, terdapat beberapa factor yang bias mempengaruhi seseorang untuk bersikap, yaitu pengalaman yang telah atau sedang dialami secara pribadi sehingga mempengaruhi sikap terhadap stimulus social (Riyanto, 2013). Sedangkan faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmodjo tahun 2007 adalah sebagai berikut:

a) Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu proses untuk mendapatkan pengetahuan dari pendidik yang ahli dalam bidang ilmu tertentu. Menurut Ki Hajar Dewantara dalam Pritiwanti tahun 2022, Pendidikan diartikan sebagai tuntutan dalam proses hidup tumbuh pada anak-anak, Pendidikan dapat menuntun segala kekuatan kodrat pada anak agar menjadi manusia mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya (Pritiwanti & dkk, 2022).

b) Pekerjaan

Suatu keterampilan dan komprehensi tertentu yang harus selalu ditingkatkan merupakan pengertian pekerjaan (Meisartika & Safrianto, 2021). Semakin banyak pengalaman bekerja, seseorang akan pengetahui lebih banyak mengenai hal-hal yang menyangkut pekerjaannya untuk menambah keterampilan dalam bekerja.

c) Umur

Umur merupakan salah satu factor yang mempengaruhi pengetahuan karena semakin tingginya umur maka tingkat daya tangkap pengetahuan dan pola pikirnya.

d) Faktor lingkungan

Faktor lingkungan mempengaruhi tingkat pengetahuan. Tingkat pengetahuan mengenai perikanan seseorang yang tinggal di pegunungan akan berbeda dengan seseorang yang tinggal di pesisir pantai.

e) Sosial Budaya

Perbedaan kondisi social dan kebudayaan yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki, karena menyangkut dalam komponen keyakinan, moral yang terbentuk dan cara dalam bermasyarakat di wilayahnya (Notoatmodjo, 2007).

c. Sumber pengetahuan

Pengetahuan dapat diperoleh melalui proses pembelajaran mengenai ilmu tertentu. Kebung tahun 2011, mengatakan bahwa terdapat enam hal yang digunakan sebagai sumber dari pengetahuan. Enam sumber tersebut adalah:

a) Pengalaman Inderawi (*Sense-experience*)

Pengetahuan yang didapatkan melalui indera-indera memiliki penekanan kuat pada kenyataan (realism)

b) Penalaran (*Reasoning*)

Pengetahuan yang didapatkan melalui penalaran hanya diperoleh dari latihan rasio dan akal saja, tidak disertai hal-hal factual.

c) Otoritas (*Authority*)

Pengetahuan yang didapatkan melalui otoritas atau seseorang dengan kekuasaan yang tinggi, hal ini menjadikannya tidak perlu diuji lagi.

d) Intuisi (*Intuition*)

Pengetahuan yang didapatkan dari intuisi biasanya tidak dapat dibuktikan seketika karena didapatkan dari kemampuan diri manusia untuk menangkap sesuatu.

e) Wahyu (*Relation*)

Wahyu merupakan pengetahuan yang didapatkan oleh para nabi dan utusan-Nya dari ilahi demi kepentingan umat-Nya. Pengetahuan yang didapatkan biasanya berkaitan dengan kepercayaan mengenai agama masing-masing.

f) Keyakinan (*Faith*)

Keyakinan atau keimanan merupakan dasar yang dimiliki manusia mengenai ajaran-ajaran agama yang diamalkan melalui norma-norma dan aturan-aturan agama.

d. Pengukuran Tingkat Pengetahuan dan Sikap

Skala likert merupakan skala psikometrik yang biasa digunakan dalam kuesioner dan survey. Skala ini dapat dibedakan menjadi dua bentuk, yaitu pertanyaan positif untuk mengukur minat positif dan bentuk pertanyaan negative untuk mengukur minat negative. Jawaban dari skala likert berupa skor 1-4 dengan implementasi sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. (Taluke, Lakat, & S, 2019)

1. Pembelajaran

Pembelajaran atau edukasi merupakan proses perumahan yang dapat dilakukan manusia untuk memperoleh pengembangan potensi diri, dari segi berpikir dan berperilaku. Selain itu pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan manusia dalam berinteraksi dengan lingkungan social dan cara berperilaku dalam kehidupan sehari-hari (B, 2017). Dalam kehidupan sehari-hari, manusia akan menghadapi berbagai situasi dan kondisi baik itu yang positif dan negative di lingkungan ia berada, hal ini membuat manusia harus terus belajar untuk tetap menjalankan dan menghadapi masalah dalam kehidupannya.

2. Media Pembelajaran

Media pembelajaran merupakan suatu perantara yang merangsang perhatian dan minat pembaca, media pembelajaran digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi dalam proses pembelajaran. Selain itu, menurut Susilana & Cepi tahun 2007 menyebutkan media pembelajaran memiliki kegunaan lain yaitu 1) Sebagai media perjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis; 2) Untuk mengatasi keterbatasan ruang waktu, tenaga, dan daya indera; 3) Untuk menimbulkan gairah belajar, interaksi secara langsung antara murid dengan sumber belajar; 4) meningkatkan seorang untuk belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori, dan kinestetiknya; 5) Pemberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman dan menimbulkan presepsi yang sama (Susilana & Riyana, 2007)

Dalam pemilihan media pembelajaran terdapat beberapa karakteristik umum, yaitu kesesuaian dengan tujuan (*instructional goals*), kesesuaian dengan materi pembelajaran (*instructional conten*), kesesuaian dengan karakteristik pembelajaran, kesesuaian dengan teori,

kesesuaian dengan gaya belajar, kesesuaian dengan kondisi lingkungan, fasilitas pendukung, dan waktu yang tersedia (Susilana & Riyana, 2007).

3. Jenis-jenis media pembelajaran

Jenis-jenis media pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses edukasi sangat beragam yang memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Menurut Faujiah tahun 2022, secara garis besar jenis-jenis media pembelajaran dapat dibagi menjadi:

- a. Media Audio, menurut HM Musfiqon dalam Faujiah tahun 2022 media audio merupakan media yang digunakan dengan cara menekankan unsur pendengaran dari diri pendengar. (Faujiah, dkk, 2022). Media audio memiliki beberapa kelebihan seperti 1) Penyampaian informasi lebih efisien; 2) Lebih praktis dalam pembuatannya; 3) Menyebarkan daya imajinasi mirip menulis. Sedangkan kekurangan yang dimiliki media jenis ini adalah komunikasinya hanya bersifat satu arah (*one-way communication*) dan sulit dikontrol karena pada umumnya penyampaian informasi dilakukan serentak.
- b. Media visual, merupakan media yang dapat dinikmati melalui indera penglihatan karena menyajikan gambaran secara nyata ataupun tidak yang dapat dirasakan dengan panca indera penglihatan. Media visual memiliki beberapa kelebihan seperti 1) Repeatable atau dapat digunakan secara berulang; 2) Analisa dapat dilakukan lebih detail dan tajam; 3) Dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki pembelajar; 4) Dapat menarik daya tarik dan perhatian pembelajar; dan kelebihan lainnya. Sedangkan kekurangan dari media visual adalah 1) memerlukan tingkat keterampilan, kejelian pengajar yang tinggi; 2) Pembuatan bersifat lebih lama dan kurang efisien; 3) Visual yang terbatas.
- c. Media audiovisual, merupakan media yang menggabungkan antara dua unsur yaitu gambar dan suara yang menjadikannya dapat dinikmati melalui indera pendengaran dan penglihatan. Media audiovisual memiliki beberapa kelebihan seperti 1) Lebih mudah dipahami; 2) menurunkan tingkat kebosanan; 3) dapat menjadi media hiburan. Sedangkan kekurangan dari media jenis ini adalah dapat menimbulkan kebalikannya bagi yang menyimak.

4. Media Edukasi Gizi

Media adalah sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan seseorang sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar pada dirinya (Supriadi, 2007). Proses pembelajaran gizi dan kesehatan tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan belajar mengajar tersebut. Media dapat diartikan sebagai semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan yang disampaikan oleh komunikator kepada sasaran sehingga dapat meningkatkan pengetahuan yang pada akhirnya mampu mengubah perilaku sasaran ke arah yang positif (Arimurti, 2012).

Media merupakan alat bantu yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa, atau dicium untuk memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi (Kholid, 2014). Media adalah alat yang digunakan untuk pendidik dalam menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran. Prinsip pembuatan media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui pancaindra. Semakin banyak pancaindra yang digunakan, semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Menurut penelitian para ahli, pancaindra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%), sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indra lainnya (Maulana, 2009).

2.1.5.1 Fungsi dan Manfaat Media Edukasi

Media berfungsi sebagai pembawa informasi dari sumber menuju penerima guna mencapai tujuan materi. Dalam kegiatan pembelajaran, fungsi media dapat diketahui berdasarkan adanya kelebihan media dan hambatan yang mungkin timbul dalam proses pembelajaran. Selain itu media dapat memperjelas penyajian pesan. Selain itu, media memiliki beberapa fungsi diantaranya media dapat memungkinkan adanya interaksi langsung antara *audience* dengan lingkungannya, media menghasilkan keseragaman pengamatan, media dapat menanamkan konsep dasar yang benar, media membangkitkan keinginan dan minat baru, media membangkitkan motivasi dan merangsang anak untuk belajar (Kholid, 2014). Penggunaan media juga dapat mengatasi keterbatasan ruang, waktu, bahasa, dan daya indera. Mengatasi sikap pasif sasaran pendidikan dan dapat memberikan rangsangan, pengalaman serta menimbulkan persepsi yang sama. Kemudian

media juga dapat merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan kepada orang lain (Suiraoaka & Supariasa, 2012).

Klasifikasi Media Edukasi

Media dalam pembelajaran terdiri dari beberapa macam. Menurut Djamarah (2002), jenis – jenis media edukasi dapat di bagi menjadi 3 kelompok, yaitu:

1. Media auditif, yaitu media yang mengandalkan kemampuan suara saja (radio, kaset recorder).
2. Media visual, yaitu media yang hanya mengandalkan indera penglihatan karena hanya menampilkan gambar diam (film, bingkai, foto, gambar, atau lukisa).
3. Media audiovisual yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik.

Pengelompokan media menurut Anderson, dikelompokkan menjadi sepuluh macam, yaitu media audio, media cetak, media cetak *plus* suara, media proyeksi visual diam, media proyeksi visual diam *plus* suara, media visual gerak, media audio visual gerak, objek, sumber manusia dan lingkungan, dan media komputer.

Tabel 2.3 Klasifikasi Media

Klasifikasi	Media Cetak	Media Elektronik	Media Luar Ruang
Definisi	Media statis yang digunakan untuk menyampaikan pesan dalam bentuk visual.	Media yang bersifat dinamis dapat dinikmati oleh indera penglihatan atau pendengaran dan menggunakan bantuan alat elektronik	Media yang digunakan untuk menyampaikan pesan baik melalui media cetak maupun elektronik di luar ruangan umum.
Contoh Media	Poster, <i>leaflet</i> , brosur, majalah, surat kabar, lembar balik, stiker, pamflet, dan lain-lain.	Televisi, radio, film, video, kaset, VCD, CD, dan lain-lain.	Papan reklame, <i>banner</i> , TV layar lebar, dan lain-lain.

Klasifikasi	Media Cetak	Media Elektronik	Media Luar Ruang
Kelebihan	Tahan lama, dapat menjangkau banyak orang, biaya produksi tidak tinggi, dapat dibawa kemana-mana, meningkatkan keinginan belajar, mempermudah pemahaman.	Dapat mengikutsertakan semua panca indera, lebih mudah dipahami, lebih menarik karena ada suara, gambar bergerak, bertatap muka, penyajian dapat dikendalikan, jangkauan relatif lebih besar, dapat di ulang-ulang.	Memberikan informasi umum sekaligus hiburan, mengikutsertakan semua panca indera, lebih mudah dipahami, lebih menarik karena ada suara dan gambar bergerak, jangkauan relatif lebih besar.
Kekurangan	Mudah dilipat, tidak dapat menstimulir efek suara, dan efek gerak.	Biaya lebih tinggi, lebih rumit, memerlukan listrik, memerlukan alat canggih untuk memproduksinya, perlu persiapan matang, perlu keterampilan dalam pembuatan, penyimpanan dan pengoperasian.	Biaya lebih tinggi, lebih rumit, ada yang memerlukan listrik, ada yang memerlukan alat canggih untuk memproduksinya, Perlu persiapan matang, peralatan selalu berkembang dan berubah, perlu keterampilan dalam pembuatan, penyimpanan, dan pengoperasian.

Sumber: Depkes (2006)

5. Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Media

Pemilihan media pembelajaran dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dalam merencanakan dan memilih media yang akan digunakan dalam pendidikan gizi perlu memperhatikan hal-hal sebagai berikut (Supariasa, 2011):

- a. Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, media yang digunakan harus sesuai dengan tujuan pendidikan gizi yaitu mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku.
- b. Sesuai dengan sasaran, pemilihan media pendidikan gizi juga harus disesuaikan dengan kemampuan sasaran. Beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu :
 - 1) Individu atau kelompok.

- 2) Kategori sasaran, seperti umur, pendidikan/pekerjaan, jenis kelamin, dll.
 - 3) Bahasa yang digunakan, adat istiadat, dan kebiasaan.
 - 4) Minat dan perhatian
 - 5) Pengalaman dan pengetahuan mereka tentang isi pesan.
 - 6) Pengalaman mereka dengan media.
- c. Ketersediaan bahan/alat, dalam memilih media yang akan digunakan pendidikan gizi perlu mempertimbangkan bahan dan alat yang mudah didapat.
 - d. Dana dan daya yang ada, dalam memilih media juga perlu memperhatikan ketersediaan dana dan daya yang ada.
 - e. Kualitas/mutu teknik, dalam memilih media juga harus memperhatikan kualitas/mutu dari media itu sendiri.
 - f. Tempat media yang akan digunakan, tempat dan situasi media akan digunakan juga perlu diperhatikan sehingga penggunaan media ini dapat sesuai dari segala aspek.
 - g. Siapa yang akan menggunakan media, penggunaan media juga akan lebih bermanfaat jika petugas sudah berpengalaman tentang media yang akan digunakan. Jika petugas tersebut belum berpengalaman, sebaiknya mempersiapkan terlebih dulu sebaik mungkin.

Agar media dapat sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, diperlukan pengembangan media. Pengembangan media pendidikan gizi hendaknya dilakukan persiapan dan perencanaan yang teliti. Berikut ini merupakan langkah-langkah dalam pengembangan media menurut Kholid dalam Susilowati (2016):

- a. Menganalisis kebutuhan dan karakteristik *audience*.
- b. Merumuskan tujuan instruksional (standar kompetensi) secara operasional dan khas.
- c. Merumuskan butir-butir materi secara terperinci yang mendukung tercapainya tujuan.
- d. Mengembangkan alat pengukur keberhasilan.
- e. Menulis naskah media.
- f. Mengadakan tes dan revisi.

Sebelum media pendidikan gizi digunakan kepada sasaran, penting untuk melakukan uji awal media pendidikan gizi. Uji awal media yang digunakan penting dilakukan untuk mengetes apakah pesan yang ingin disampaikan dapat diterima oleh sasaran dan tidak boleh menimbulkan persepsi yang berbeda atau salah tafsir terhadap pesan tersebut. Pedoman umum dalam melaksanakan uji coba media pendidikan gizi adalah sebagai berikut (Fitriani, 2011):

- a. Merencanakan terlebih dahulu tes pendahuluan untuk suatu media yang akan diproduksi.
- b. Menentukan pokok-pokok yang akan dipasarkan dalam media tersebut.
- c. Menentukan gambar-gambar atau simbol-simbol yang disesuaikan dengan ciri-ciri sasaran.
- d. Memperlihatkan media tersebut kepada sasaran ter coba.
- e. Menanyakan kepada sasaran apakah mereka mengalami kesulitan dalam memahami pesan-pesan, kata-kata dan gambar-gambar didalam media tersebut serta menanyakan hal-hal yang tidak dimengerti.
- f. Mencatat komentar-komentar dari sasaran ter coba.
- g. Melakukan perbaikan media tersebut.
- h. Mendiskusikan alat yang dibuat tersebut dengan orang lain (teman) atau dengan para ahli.

Suatu media yang baik seharusnya mengandung keseimbangan antara berbagai faktor, terutama daya tarik sasaran, kejelasan petunjuk, dan kesesuaian dengan kondisi setempat.

2. Hipotesis

Hipotesis nol (H_0) : Tidak ada perbedaan pengetahuan mengenai Gizi Pra Konsepsi antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok perlakuan.

Hipotesis alternatif (H_a) : Ada perbedaan pengetahuan mengenai Gizi Pra Konsepsi antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok perlakuan.

Hipotesis nol (H_0) : Tidak ada perbedaan pengetahuan mengenai Gizi Pra Konsepsi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah intervensi.

Hipotesis alternatif (H_a) : Ada perbedaan pengetahuan mengenai Gizi Pra Konsepsi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah intervensi.

BAB IV

METODE PENELITIAN

3.1 Desain, Lokasi, Waktu dan Tahapan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Quasy Eksperimental*. Pada penelitian ini terdapat satu kelompok perlakuan dan satu kelompok kontrol, dimana pada kelompok perlakuan akan diberikan Pendidikan gizi terkait gizi pra konsepsi dan bertujuan untuk mencari tahu perubahan pengetahuan dan sikap terkait Gizi Pra Konsepsi pada Catin Perempuan sebelum dan sesudah intervensi. Pada penelitian ini rancangan penelitian yang digunakan adalah desain *pretest-posttest control group design*. Bentuk rancangannya adalah sebagai berikut:

	<i>Pre-Test</i>	Perlakuan	<i>Post-Test</i>
Kelompok Intervensi :	O1	X	O2
Kelompok Kontrol :	O3	-	O4

Gambar 3.1 Rancangan penelitian

Keterangan :

- O1 : *Pre-test* pada kelompok intervensi sebelum diberikan Pendidikan Gizi Pra Konsepsi, untuk mengetahui skor pengetahuan dan sikap awal catin tentang Gizi Pra Konsepsi selama 20 menit.
- O3 : *Pre-test* tingkat pengetahuan dan sikap catin tentang Gizi Pra Konsepsi pada kelompok kontrol selama 20 menit.
- X : Pemberian pendidikan gizi pra konsepsi dengan media gizi (booklet dan Video) pada kelompok intervensi selama 60 menit.
- O2 : *Post-test* pada kelompok intervensi setelah diberikan pendidikan gizi pra konsepsi dengan media gizi (booklet dan video) untuk mengetahui skor tingkat pengetahuan dan sikap responden selama 20 menit
- O4 : *Post-test* pada kelompok yang diberikan penyuluhan tanpa media untuk mengetahui skor tingkat pengetahuan dan sikap ibu selama 20 menit.

3.2 Waktu dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jakarta Timur. Pemilihan lokasi ini berdasarkan adanya skrining gizi Catin yang dilakukan cukup banyak tiap minggu nya yaitu sekitar 200-300 pasangan.

3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Populasi yang diteliti adalah para calon pengantin yang melakukan skrining gizi dan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Duren Sawit, Jakarta Timur . Teknik pengambilan sampel besar sampel menggunakan *G Power* dengan *effect size* sebesar 0,95, *alpha error probability* sebesar 0,05, dan Power (1- *err prob*) sebesar 0,95. Sehingga menghasilkan sampel yang dibutuhkan adalah 60 calon pengantin yang terdiri dari 30 orang calon pengantin wanita sebagai kelompok kontrol dan 30 orang calon pengantin wanita sebagai kelompok perlakuan dengan kriteria inklusi dalam penentuan sampel pada penelitian ini sebagai berikut :

- a. Calon pengantin di wilayah Puskesmas Duren Sawit
- b. Belum pernah menikah sebelumnya
- c. Merencanakan memiliki anak
- d. Calon pengantin bersedia menjadi sampel
- e. Calon pengantin bersedia mengikuti keseluruhan rangkaian penelitian

Kriteria eksklusi dalam penentuan sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Calon pengantin tidak mengikuti proses penelitian secara menyeluruh
- b. Calon pengantin berpindah tempat tinggal

3.5 Prosedur Penelitian

- a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, peneliti melakukan survey pendahuluan dan mempersiapkan alat ukur berupa angket serta media berupa booklet yang akan digunakan sebagai media intervensi.

- b. Tahap Perizinan

Melakukan perizinan kepada pihak Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta dan Sudinkes Jakarta Timur untuk melakukan penelitian. Pelaksanaan penelitian mengikuti aturan yang telah ditetapkan oleh pihak Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jaktim.

- c. Tahap Pengambilan Data Awal

Pengambilan data mengenai jumlah dan nama Calon Perempuan untuk di kelompokkan menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Semua kegiatan pelaksanaan pengumpulan data pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan dalam waktu yang bersamaan, namun dipisahkan pada ruangan yang berbeda. kemudian

dilakukan pengambilan data karakteristik catin meliputi nama catin, usia, pekerjaan, pendidikan, dan sebagainya yang dibantu oleh Bidan Desa, Tenaga Gizi, dan Kader Kesehatan puskesmas setempat sebagai enumerator yang telah mendapatkan pengarahan dari peneliti.

d. Tahap Pembuatan Media *Booklet*

Proses pembuatan *Booklet* dilakukan pada bulan September 2023 sebagai media pendidikan gizi yang rutin akan digunakan untuk semua kegiatan di Puskesmas Duren Sawit.

e. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan dilakukan pengambilan data. Ada dua jenis data dalam penelitian ini, yakni data primer dan data sekunder yaitu:

1. Data Primer merupakan data yang diambil secara langsung oleh peneliti terhadap sampel yaitu data yang dikumpulkan berupa lembar angket yang telah diisi ibu hamil mengenai karakteristik catin seperti usia, pendidikan terakhir, dan pekerjaan.
2. Data Sekunder merupakan data yang diperoleh dari tempat penelitian, adapun data yang diambil adalah daftar jumlah catin di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Sawit Jakarta Timur. Selain itu data sekunder dikumpulkan berupa data profil Puskesmas Duren Sawit Jakarta Timur. Data sekunder diperoleh dari arsip puskesmas. Data sekunder yang dikumpulkan yaitu gambaran umum lokasi penelitian, profil puskesmas, serta fasilitas ada pada puskesmas tersebut.

3.4 Instrumen

Beberapa instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini, sebagai berikut :

a. Angket

Angket Pengetahuan

Angket pengetahuan, terdiri dari 12 pertanyaan mengenai Gizi Pra Konsepsi. Cara penilaian yaitu jawaban benar mendapatkan nilai 1, jawaban salah mendapatkan nilai 0, seluruh jawaban benar dijumlahkan dan dibagi total soal dikali 100 sehingga didapatkan skor pengetahuan.

Media *Booklet* Gizi Pra Konsepsi untuk Catin

Media *Booklet* Gizi Pra Konsepsi untuk Catin merupakan digunakan untuk menyampaikan pesan mengenai kebutuhan gizi pra konsepsi untuk calon pengantin pada saat proses intervensi berlangsung.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang didapatkan dari responden secara langsung. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah identitas responden (nama, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan) dan hasil dari kuesioner pre-test dan post-test pengetahuan dan sikap mengenai gizi prakonsepsi.

2. Data Sekunder

Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah data jumlah populasi calon pengantin yang berada di wilayah kerja Puskesmas Duren Sawit, Jakarta Timur.

3.5 Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang bertujuan untuk mendapatkan deskripsi dari setiap variable independent dan variable dependen (pengetahuan dan sikap catin) yang akan menghasilkan distribusi frekuensi. Penyajian data akan menggunakan table deskriptif oleh karena itu analisis ini dilakukan untuk mengetahui nilai (mean, median, standar deviasi, nilai minimal dan nilai maksimal) sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada calon pengantin.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan proses yang bertujuan untuk menganalisis variable (*independent* dan *dependent*) yang digunakan. Pada penelitian ini digunakan edukasi media booklet gizi prakonsepsi sebagai *variable independent*, sedangkan pengetahuan dan sikap mengenai gizi prakonsepsi pada Catin sebagai *variable dependent*.

BAB V

BIAYA DAN JADWAL PELAKSANAAN

4.1 Anggaran Biaya

Ringkasan anggaran biaya penelitian dapat dilihat pada Tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 4.1. Anggaran Pengeluaran Biaya Penelitian

NO	URAIAN		REALISASI		Keterangan
			Dana Hibah	Dana Personal	
BAHAN:					
1	a	Perbanyak VPS (Booklet)	500.000	250.000	Dana hibah sementara didapat dari patungan bersama mahasiswa yang juga ikut melakukan payungan penelitian untuk skripsi
	b	Perbanyak kuisioner	450.000	150.000	
	c	ATK	200.000	100.000	
	d	Tinta printer	200.000	50.000	
	e	Konsumsi	650.000	50.000	
	f	Souvenir	2.350.000	650.000	
PENGUMPULAN DATA:					
2	a	Transport perizinan	400.000	100.000	
	b	Transport pengambilan data	700.000	250.000	
ANALISIS DATA (Termasuk Sewa Peralatan):					
3	a	Transport penyusunan laporan	450.000	50.000	
PELAPORAN, LUARAN WAJIB, LUARAN TAMBAHAN:					
4	a	Pendaftarann HAKI Booklet	350.000	100.000	
	b	Jurnal Sinta 1	1.800.000	200.000	
Total			8050000	1950000	
Grand Total			10000000		

4.2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian

NO	Kegiatan	2023/2024																				
		September				Oktober				November				Desember				Januari				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Persiapan Instrumen Penelitian	■																				
2	Pelatihan enumerator penelitian	■	■																			
3	Pengumpulan data penelitian			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■									
4	Pengolahan data (Entry dan Cleaning)					■	■	■	■	■	■	■	■	■								
5	Analisis data													■	■	■	■	■	■	■	■	■
6	Penulisan Laporan dan Publikasi																					

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

Karakteristik calon pengantin wanita di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jakarta Timur

Responden pada penelitian ini ialah Calon Pengantin (Catin) yang melakukan skrining kesehatan di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit, Jakarta Timur pada periode Januari – Maret 2024. Karakteristik responden ditunjukkan pada tabel 5.1 sebagai berikut :

Tabel 5.1 Karakteristik Responden

Karakteristik	n	Mean±SD	Min	Max
Umur (tahun)	60	25.53±3.6	20	40
Berat Badan	60	58.49±10.6	38	88
Tinggi Badan	60	155.5±13.9	145	170
IMT	60	23.5±4.17	15	33
Skor Pengetahuan Kelompok Kontrol				
Pre Test	30	39.53±5.9	20	50
Post Test 1	30	58.8±11.4	40	83
Post Test 2	30	40.4±10.6	20	70
Skor Pengetahuan Kelompok Intervensi				
Pre Test	30	42.6±8.7	30	60
Post Test 1	30	88.5±11.0	50	100
Post Test 2	30	90.5±10.7	50	100

Karakteristik Responden	n	%
Tingkat Pendidikan		
SD	1	1.7
SMP	1	1.7
SMA	25	41.7
PT	33	55
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	2	3.3
Buruh	5	8.3
Wiraswasta	20	33.3
Karyawan/PNS	21	35.0
Lainnya	12	20.0
Tingkat Pendapatan		
< UMR Rp.4.901.798,-	9	15
UMR Rp.4.901.798,-	20	33.3
> UMR Rp.4.901.798,-	31	51.7

B. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan menganalisis adanya perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada masing-masing kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai ($p < 0,05$). Sebelumnya dilakukan analisis *t-test independent* untuk *pre test* masing-masing kelompok (kontrol dan intervensi).

Tabel 5.2 Hasil Analisis *t-test independent Pre Test* Responden

Kelompok Responden	Mean±SD	<i>p value</i>
Skor Pengetahuan Pre Test		
Kelompok Kontrol	39.53±5.9	0.117
Kelompok Intervensi	42.6±8.7	

Hasil analisis *t-test independent* untuk *pre-test* pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki pengetahuan yang tidak berbeda secara bermakna ($p > 0.05$). Hal ini bertujuan untuk memastikan kembali bahwa kedua kelompok adalah homogen.

Selanjutnya dilakukan analisis bivariat perbedaan skor *pre test* dan *post test* pada masing-masing kelompok yang ditunjukkan pada tabel 5.3 berikut :

Tabel 5.3 Hasil Analisis Bivariat Perbedaan Skor Pengetahuan Post Test 1 Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kelompok Responden	Kategori Test		Selisih	<i>p value</i>
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test 1</i>		
Kelompok Kontrol (n= 30)				
Skor Pengetahuan	39.53±5.9	58.8±11.4	19.3	0.0001*
Kelompok Perlakuan (n= 30)				
Skor Pengetahuan	42.60±8.7	88.5±11.0	45.9	0.0001*

*terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0.05$)

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test 1* pada kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan ($p < 0.05$). Analisis berikutnya ialah uji *paired t-test* untuk melihat adanya perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test 2* (yang dilakukan 7 hari setelah intervensi) pada kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan.

Tabel 5.4 Hasil Analisis Bivariat Perbedaan Skor Pengetahuan *Post Test 2* Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kelompok Responden	Kategori Test		Selisih	P value
	Pre-Test	Post-Test 2		
Kelompok Kontrol (n= 30)				
Skor Pengetahuan	39.53±5.9	40.4±10.6	0.9	0.684
Kelompok Perlakuan (n= 30)				
Skor Pengetahuan	42.60±8.7	90.5±10.7	47.9	0.0001*

*terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$)

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test 2* pada kelompok perlakuan ($p < 0.05$), sedangkan untuk kelompok kontrol menunjukkan tidak ada perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test 2* ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan intervensi pendidikan gizi pra konsepsi pada kelompok kontrol tidak mampu bertahan lama dalam ingatan karena pada *post test 2* yang dilakukan 7 hari setelah intervensi terlihat skor pengetahuan responden turun dari skor pengetahuan *post test 1*.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dari karakteristik Catin yang melakukan skrining Kesehatan dan gizi di wilayah kerja Puskesmas Cikupa. Karakteristik yang diteliti yaitu usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan dan tingkat pendapatan catin. Keempat karakteristik tersebut dianggap memiliki pengaruh terhadap pengetahuan catin, terutama yang berkaitan dengan pemenuhan gizi pra konsepsi.

Usia adalah variabel yang penting dalam analisis kesehatan yang terkait dengan pengetahuan ataupun sikap/perilaku seseorang. Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir individu, karena semakin bertambah usia seseorang akan berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin bertambah dan lebih baik (S. Notoatmodjo, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan usia catin pada penelitian ini berusia paling rendah 20 tahun dan paling tinggi 40 tahun. Menurut Kementerian Kesehatan (2014), semua responden dalam penelitian ini ialah kelompok wanita usia subur (WUS) yaitu dalam rentang usia antara 15-49 tahun dan merupakan catin yang berencana melakukan pernikahan pertama dalam

waktu 3 bulan ke depan. Penelitian ini bertujuan mempersiapkan pengetahuan catin tentang pemenuhan gizi pra konsepsi sebelum menikah.

Pada tahap usia ini, catin sudah mulai memiliki kematangan dalam berfikir sehingga mampu untuk mengambil keputusan sendiri salah satunya keputusan untuk lebih memperhatikan pemenuhan gizi pra konsepsi. Menurut Putri (2019), masa dewasa awal adalah masa pencarian, penemuan, pematapan dan masa reproduktif, yaitu suatu masa dengan ketegangan emosional, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru.

Menurut Notoatmodjo (2010) bahwa usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang berdasarkan pengalaman yang telah dilalui. Semakin bertambah usia seseorang, pengetahuan yang dimiliki akan semakin meningkat. Namun di era *digital* seperti saat ini, tidak menutup kemungkinan seseorang yang berusia muda memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang berusia lebih tua, karena sangat mudah untuk mencari dan mendapatkan akses pengetahuan dengan menggunakan *smartphone* yang umumnya penggunaannya didominasi kaum muda.

Usia dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap seseorang, karena semakin bertambah usia seseorang maka akan menambah pengalaman yang dilalui sehari-hari diluar faktor pendidikannya, dengan kata lain bahwa usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan catin dalam melakukan suatu hal.

Variabel karakteristik selanjutnya adalah pendidikan. Pendidikan seseorang berpengaruh terhadap tingkah lakunya, semakin tinggi pendidikan seseorang akan memperkaya pengetahuan dan merubah pola pikirnya sehingga berdampak pada sikap yang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan terendah responden yaitu lulus SD (Sekolah Dasar) berjumlah 1 orang (1.7%), pendidikan tertinggi lulusan Perguruan Tinggi berjumlah 33 orang (55%) dan merupakan tingkat pendidikan dengan responden terbanyak.

Variabel terakhir adalah pekerjaan, yang mana merupakan aktifitas yang rutin dilakukan seseorang setiap hari dalam kehidupannya dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Menurut Juliastuti (2011), melalui pekerjaan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung yang mempengaruhi tindakan dan pola pikirnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan responden adalah Karyawan/PNS sebanyak 35% dan Wiraswasta (33.3%). Hal ini

menunjukkan bahwa Sebagian responden adalah Wanita pekerja yang banyak aktif di luar rumah sehingga memungkinkan memiliki wawasan yg luas

Perubahan Pengetahuan Responden (*Pre dan Post-test*)

Pengetahuan yang diuji dalam penelitian ini adalah pengetahuan mengenai pemenuhan gizi pra konsepsi dalam mempersiapkan pernikahan. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan pengisian angket yang memberikan pertanyaan terkait isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan responden dalam menjawab 12 butir pertanyaan melalui angket yang diberikan kepada Catin yang menjadi responden untuk mengukur pengetahuan sebelum diberikan pendidikan gizi berupa intervensi dengan media *Booklet Gizi Pra Konsepsi*. Responden mendapatkan edukasi gizi terkait pemenuhan gizi pra konsepsi yang tertera pada booklet sambil dijelaskan dengan ceramah, dan lanjut diskusi. Setelah selesai diberikan intervensi, peneliti kembali mengukur pengetahuan responden mengenai isi materi booklet pada post test 1 (sesaat setelah edukasi/intervensi diberikan) dan post test 2 (pada hari ke 7 setelah intervensi).

Sebelum dilakukan intervensi menggunakan media Booklet Gizi Pra Konsepsi pada responden dilakukan *pre-test*. *Pre-test* dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dasar responden mengenai gizi pra konsepsi. Hasil penelitian menunjukkan, rata-rata skor pengetahuan sebelum diberikan edukasi menggunakan media *Booklet Gizi Pra Konsepsi* pada kelompok Kontrol adalah 39.5 dan kelompok Perlakuan 42.6.

Setelah dilakukan intervensi berupa pemberian Booklet Gizi Pra Konsepsi terdapat kenaikan skor pengetahuan dari *pre-test* ke *post-test* 1 pada kedua kelompok dengan selisih poin kenaikan masing-masing kelompok sebesar 19.3 untuk kelompok kontrol dan 45.9 untuk kelompok perlakuan. Terlihat bahwa intervensi menggunakan media Booklet Gizi Prakonsepsi dan Penyuluhan tanpa media pada kelompok kontrol apat meningkatkan pengetahuan catin tetapi terlihat bahwa poin post test 1 pada kelompok perlakuan cenderung meningkat lebih tinggi dibanding kelompok kontrol

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Kesimpulan pada penelitian ini ialah sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden masuk dalam kelompok usia dewasa awal dengan rata-rata usia responden catin ialah 25 tahun, hal ini sudah sesuai dengan kebijakan BKKBN tentang batasan usia menikah minimal 20 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan terlihat bahwa, kebanyakan responden yang diteliti merupakan lulusan/ tamat Perguruan Tinggi (PT) dan SMA.
2. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test* 1 pada kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan ($p < 0.05$).
3. Hasil uji paired t-test menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test* 2 pada kelompok perlakuan ($p < 0.05$), sedangkan untuk kelompok kontrol menunjukkan tidak ada perbedaan skor pengetahuan *pretest* dan *post test* 2 ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan intervensi pendidikan gizi pra konsepsi pada kelompok kontrol tidak mampu bertahan lama dalam ingatan karena pada *post test* 2 yang dilakukan 7 hari setelah intervensi terlihat skor pengetahuan responden turun dari skor pengetahuan *post test*

6.2 Saran

- 6.2.1 Pendidikan Gizi Pra Konsepsi terbukti efektif dan bisa diterapkan sebagai salah satu prosedur lanjutan dari proses skrining Kesehatan dan gizi calon pengantin di Puskesmas.
- 6.2.2 Penggunaan media pendidikan gizi pra konsepsi dengan media Booklet dapat diaplikasikan oleh tenaga kesehatan khususnya Bidan dan Ahli Gizi di fasilitas kesehatan pada saat melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan di fasilitas kesehatan.
- 6.2.3 Pada penelitian selanjutnya juga dapat ditambahkan variabel penelitian sikap dan perilaku untuk melihat efektivitas pendidikan gizi pra konsepsi dengan

memperhatikan waktu intervensi ulangan (repetisi) agar didapatkan hasil yang baik/
sesuai harapan.

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

gggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Ui

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyanti, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIMBE)*, 8(3): 2476-2482. DOI: 10.36312/jime.v8i3.3800/http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JIME.
- Agustine, M. N., & Sulandjari, S. (Juni 2021). Peningkatkan pengetahuan gizi prakonsepsi dengan buku saku berbasis android dalam pembinaan pranikah di KUA Gresik. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi (JAKAGI)*, 1(2), 38-47. e-ISSN: 2775-085X. Available online: <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>.
- Amalia, R., & S., P. (Juli 2018). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi pada calon pengantin di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 7(1), 29-38.
- Anisaa, D. D., & Dewi, R. K. (2021). Peran protein:ASI dalam meningkatkan kecerdasan anak untuk menyongsong generasi Indonesia emas 2045 dan relevansi dengan Al-Qur'an. *Jurnal Tadris IPA Indonesia*, 1(3), 427-435. Beranda jurnal : <http://ejournal.iainponorogo.ac.id/index.php/jtii>.
- B, A. (2017). Makna pembelajaran dalam pendidikan. *ISTIQURA'*, 5(1); 94-102. .
- Broughton DE, M. K. (2017 Apr). Obesity and female infertility: potential mediators of obesity's impact. *Fertil Steril*, 107(4):840-847. doi: 10.1016/j.fertnstert.2017.01.017. Epub 2017 Mar 11. PMID: 28292619.
- Carolin, B. T., & Novelia, S. (Desember 2022). Penyuluhan tentang gizi prakonsepsi dan pemberian tablet asam folat kepada calon pengantin. *Jurnal peduli masyarakat*, 4(4); 697-702. e-ISSN 2721-9747. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>.
- Chao, L., & al, e. (2019). Effect of maternal pre-pregnancy BMI and weekly gestational weight gain on the development of infants. *Nutr J*, 18(6): 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12937-019-0432-8>.
- Dagne, S. M. (2021). Chronic Energy Deficiency and Its Determinant Factors among Adults Aged 18-59 Years in Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Journal of nutrition and metabolism*, 2021 (8850241): 1-8. <https://doi.org/10.1155/2021/8850241>.
- Dwi, N. Y., Wahyudi, F., & Nugraheni, A. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kekurangan energi kronik (KEK) ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Rowosari Semarang. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 562-571. Online : <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico> . DOI: <https://doi.org/10.14710/dmj.v8i1.23399>.
- Dwiyana, P. P. (2017). Gambaran tingkat kecukupan asupan energi, zat gizi makro, dan zat gizi mikro berdasarkan tingkat kekuatan otot pada atlet Taekwondo di Sekolah Atlet Ragunan, Jakarta Selatan tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1).
- FAO. (1994). *Nutrition Education*. washington, D.C: Food and agriculture organization.
- Fatie, S. D., B, A., & F, W. (2021). Gambaran asupan zat gizi makro dan status gizi mahasiswa poltekkes kemenkes Sorong pada masa pandemi Covid-19. *Nursing Arts*, 15(2), 81-92. ISSN: 2686-133X (online).

- Faujiah, N., Septiani, S. N., Putri, T., & Setiawan, U. (2022). Kelebihan dan kekurangan jenis-jenis media. *JUTKEL: Jurnal telekomunikasi, kendali dan listrik*, 2(2); 81-87. 2721-9372 (E-ISSN).
- Fitri, A. S., & Fitriana, Y. A. (April 2020). Analisis senyawa kimia pada karbohidrat. *Saintek*, 17(1), 1-6. e-ISSN: 2686-0546.
- Fitriani, F. A. (December, 2021). Literature Review Hubungan Pengetahuan dengan KEK pada Wanita Prakonsepsi. In *CALL FOR PAPER SEMINAR NASIONAL KEBIDANAN*, 196-204.
- Global Nutrition Report. (2021). *Solving the obesity crisis*. New York, USA: Global Nutrition Report.
- Hieronimus, B., & Ensenauer, R. (2021). Influence of maternal and paternal pre-conception overweight/obesity on offspring outcomes and strategies for prevention. *European Journal of Clinical Nutrition*, 75:1735-1744. <https://doi.org/10.1038/s41430-021-00920-7>.
- Holilah, S. D. (2018). Kelayakan Booklet Materi Keanekaragaman Hayati Berdasarkan Morfologi Dan Kandungan Gizi Buah Tepo, Kereke, Pirit. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(7).
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian kesehatan RI.
- Kristianto, H., & dkk. (2020). Potensi polisakarida dari limbah buah-buahan sebagai koagulan alami dalam pengolahan air dan limbah cair: Review. *Jurnal rekayasa proses*, 14(2), 108-127. e-ISSN 2549-1490. Journal homepage: <http://journal.ugm.ac.id/jrekpros>.
- Magdalena, I., Shodikoh, A. F., & Pebrianti, A. R. (Agustus 2021). Pentingnya media pembelajaran untuk meningkatkan minat belajar siswa SDN Meruya Selatan 06 Pagi. *Jurnal Edukasi dan Sains*, 3(2); 312-325. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/edisi>.
- Maksum, T. S., & Hulinggi, P. (Des 2022). Penilaian asupan zat besi dan asam folat pada ibu hamil. *Prosiding Seminar Nasional Mini Riset Mahasiswa*, 1(2): 67-71. e-ISSN : 2964-0202.
- Meisartika, R., & Safrianto, Y. (2021). Karakteristik gaya kepemimpinan terhadap kinerja kerja pegawai kantor camat Meureubo kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Ilmiah Akuntansi dan Keuangan*, 4(2), 508-518. E-ISSN 2622-2205.
- Menteri Kesehatan RI. (2014). Peraturan menteri kesehatan RI No. 97 Tahun 2014 tentang Pelayanan kesehatan masa sebelum hamil, masa hamil, persalinan dan masa sesudah melahirkan, penyelenggaraan pelayanan kontrasepsi, serta pelayanan kesehatan seksual. In M. Kesehatan, *Peraturan menteri kesehatan RI No. 97 Tahun 2014 tentang Pelayanan kesehatan masa sebelum hamil, masa hamil, persalinan dan masa sesudah melahirkan, penyelenggaraan pelayanan kontrasepsi, serta pelayanan kesehatan seksual* (p. 6). Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Perilaku kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novianti, P., & Syamsurizal, S. (2021). Booklet sebagai suplemen bahan ajar pada materi kingdom animalia untuk peserta didik kelas X SMA/MA. *Jurnal Edutech Undiksha*, 9(2): 225-230. E-ISSN: 2615-2908. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JEU/index>.
- Octavianna, D. R., & R, R. A. (2021). Hakikat manusia: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu pengetahuan (sains), Filsafat dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5(2), 143-159. ISSN 2580-8826 (media online).

- Octaviany, L. A., & dkk. (April 2021). Hubungan pengetahuan dan sikap mahasiswa program studi tata boga Universitas Negeri Jakarta dengan tindakan penggunaan plastik untuk minuman panas. *Risenologi*, 6(1), 70-76. e-ISSN: 2720-9571.
- Pamela, D. D., Nurmala, I., & Ayu, R. S. (2022). Faktor risiko dan pencegahan anemia pada wanita usia subur di berbagai negara. *Ikesma: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(3): 161-170. ISSN: 2684-7035; DOI: 10.19184/ikesma.v18i1.26510.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjantmo, T. P. (2017). *Buku ajar gizi: Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pitri, T., & dkk. (Jul-Des 2020). Pengaruh pengetahuan dan pengalaman kerja terhadap kinerja karyawan pada CV. Ria Busana: Manajemen sumberdaya manusia. *Jurnal Ekonomedia*, 9(2), 37-56. ISSN 2775-1406.
- Poedjiadi. (2006). *Dasar-Dasar Biokimia*. UI Press.
- Pralisaputri, K. R. (2016). Pengembangan media booklet berbasis SETS pada materi pokok mitigasi dan adaptasi bencana alam untuk kelas X SMA (eksperimen pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Surakarta tahun ajaran 2014/2015). *GeoEco*, 2(2).
- Pranata, L. I. (2020). Perangkat Edukasi Pasien dan Keluarga dengan Media Booklet (Studi Kasus Self-Care Diabetes Melitus). *Jurnal Keperawatan*, 102-111.
- Pratiwi, I. &. (2021). Gambaran Pengetahuan Calon Pengantin Wanita Terhadap Gizi Prakonsepsi Di Kua Kecamatan Rambang Kabupaten Muara Enim Tahun 2020. (*Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo*).
- Pribadi, B. A. (2017). *Media dan Teknologi dalam Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Pritiwanti, D., & dkk. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), 7911-7915.
- Probosari, E. (2019). Pengaruh protein diet terhadap indeks glikemik. *Journal of nutrition and health*, 7(1), 33-39. e ISSN: 2622-8483.
- Putri, N. M. (2020). Pengembangan booklet sebagai media pembelajaran pada mata pelajaran pengelolaan bisnis ritel materi perlindungan konsumen kelas XI BDP di SMKN Mojoagung. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 8(30), 925-931. ISSN 2337-6078.
- Ridwan, M., S, A., & Badarussyamsi. (April 2021). Studi analisis tentang makna pengetahuan dan ilmu pengetahuan serta jenis dan sumbernya. *Jurnal geuthee:Penelitian multidisiplin*, 4(1), 31-54. 1. E-ISSN: 2614-6096. Open access: <http://www.journal.geutheeinstitute.com>.
- Riyanto, A. (2013). *Riyanto, A. (2013). Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika, 66-69.
- Rukmana, H. I., Syamswisna, & Yokhebed. (2018). *Kelayakan media boklet submateri keanekaragaman hayati kelas X SMA*. Pontianak: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura.

- Satmoko, S. &. (2016). Pengaruh Bahasa Booklet Pada Peningkatan Pengetahuan Sapi Perah Tentang Inseminasi Buatan. *Jurnal Penyuluhan*, 2(2); 60-82.
- Simamor. (2009). *Buku ajar pendidikan dalam keperawatan*. EGC.
- Suhaeti. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lalundu Kabupaten Donggala. *Jurnal kesehatan dan kebidanan*, 1(1); 686-699.
- Supandi, A. S. (2020). Analisis kompetensi guru: Pembelajaran revolusi industri 4.0. *Prosiding Samasta*.
- Susilana, R., & Riyana, C. (2007). *Media pembelajaran*. Bandung: Wacana Prima.
- Susilawati, D., & R., V. (2019). Hubungan obesitas dan siklus menstruasi dengan kejadian infertilitas pada pasangan usia subur di klinik Dr. Hj. Putri Sri Lasmini SpOG (K) periode Januari-Juli tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 2(1), 1-8. Available online: <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar>.
- Taluke, D., Lakat, R. S., & S, A. (2019). Analisis preferensi masyarakat dalam pengelolaan ekosistem mangrove di pesisir pantai kecamatan Loloda kabupaten Halmahera Barat. *Jurnal Spasial*, 6(2), 531-540. ISSN 2442-3262.
- Utami, L. R., Sitoayu, L., & al, e. (2022). Perbedaan pengetahuan gizi, status gizi, dan produktivitas kerja pada tenaga kesehatan dan non tenaga kesehatan wanita. *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, 7(1):9-20. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>.
- Warda, Y., & Fayasari, A. (2021). Konsumsi pangan dan bioavailabilitas zat besi berhubungan dengan status anemia remaja putri di Jakarta Timur. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2); 135-146. ISSN 2598-7844 (Online).
- Woisisi, S. A., Mangalik, G., & N., K. P. (2022). Survei konsumsi sayur dan buah pada remaja SMA di Jayapura. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 261-269. e-ISSN: 2354-8185. Journal Homepage: <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm>.
- World Health Organization. (2021). *Obesity and overweight*. Swiss: World Health Organization.
- Wulandari, F. K., Yolandia, R. A., & Mardiyah, M. S. (July 2022). Hubungan antara pengetahuan, asupan zat gizi, dan pola hidup dengan kekurangan energi kronik (KEK). *Open access jakarta journal of health sciences*, 1(7); 251-258. DOI10.53801/oajjhs.v1i7.55.
- Wulandari, F. W. (2022). Pengaruh Media Booklet terhadap Hasil Belajar IPS pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2071-2080.
- Zaitum, Salamah, & H, P. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi ibu hamil di wilayah Puskesmas Sakti Kecamatan Sakti Kabupaten Pidie Tahun 2020. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2): 1285-1291. e-ISSN : 2615-109X.

LAMPIRAN

ggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Un

ggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Un

ggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Un

SURAT PERNYATAAN KETUA PENGUSUL

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Anugrah Novianti, SGz, M.Gizi

NIDN : 0303118902

Pangkat/golongan : -

Jabatan fungsional : Lektor

Dengan ini menyatakan bahwa proposal saya dengan judul :

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN GIZI PRA KONSEPSI PADA CALON
PENGANTIN WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN DUREN SAWIT,
JAKARTA TIMUR**

yang diusulkan dalam skema Penelitian Internal untuk tahun anggaran 2023 bersifat original dan belum pernah dibiayai oleh lembaga/sumber dana lain. Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penugasan yang sudah diterima ke Pihak Universitas Esa Unggul melalui LPPM. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 07 Agustus 2023

Yang Menyatakan,



(Anugrah Novianti, SGz, M.Gizi)

NIDN : 0303118902

Lampiran 2. SUSUNAN ORGANISASI TIM PENGUSUL DAN PEMBAGIAN TUGAS

NO	Nama/NIDN	Instansi Asal	Bidang Ilmu	Alokasi Waktu (jam /minggu)	Uraian Tugas
1	Anugrah Novianti, S.Gz, M.Gizi	Universitas Esa Unggul	Kesehatan (Gizi)	5	<ul style="list-style-type: none"> - Koordinasi dengan anggota pengusul untuk persiapan penelitian - Bertanggung jawab terhadap proses persiapan dan perizinan - Membuat proposal penelitian - Ikut serta dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian - Mengolah dan menganalisis data penelitian - Membuat laporan penelitian
2	Prita Dhyani S, S.P, M.Si	Universitas Esa Unggul	Kesehatan (Gizi)	5 jam	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat proposal penelitian - Ikut serta dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian - Mengolah dan menganalisis data penelitian - Membuat laporan penelitian
3	Nadiyah, SGz, M.Si, CSRS	Universitas Esa Unggul	Kesehatan (Gizi)	5 jam	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat proposal penelitian - Ikut serta dalam pengambilan dan pengumpulan data penelitian - Mengolah dan menganalisis data penelitian - Membuat laporan penelitian

Lampiran 3. Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul

A. Data Diri

KETUA PENELITI		
1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Anugrah Novianti, SGz, M.Gizi
2	Jabatan Fungsional	Lektor
3	Jabatan Struktural	-
4	NIP/NIK/No. identitas lainnya	-
5	NIDN	0303118902
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 03 November 1989
7	Alamat Rumah	Teluk gong, Jl.F blok.L no.7B Jakarta Utara
8	Nomor HP	081284354248
9	Alamat Kantor	Jl. Arjuna Utara No. 9 Tol Tomang Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510
10	Nomor Telepon/Faks	(021) 5674223, ext 219
11	Alamat e-mail	anugrah.novianti@esaunggul.ac.id
13	Mata Kuliah yang diampu	1. Prinsip Asuhan Gizi dan Dietetik
		2. Psikologi Gizi
		3. Dietetik Penyakit Tidak Menular

B. Riwayat Pendidikan

Program	S-1	S-2	S-3
Nama PT	Universitas Esa Unggul Jakarta	Universitas Diponegoro (UNDIP)	
Bidang Ilmu	Ilmu Gizi	Ilmu Gizi	
Tahun Masuk – Lulus	2007 – 2011	2013 – 2015	
Judul Tugas Akhir	Perbedaan Tingkat Asupan Energi, Protein dan Zat Besi Antara Remaja Putri dengan Anemia dan Tidak Anemia	Melatonin Reduces TNF- Level and Steatosis Count in Male Wistar Rats Induced With Waste Cooking Oil	

C. Pengalaman Penelitian (bukan skripsi, tesis, maupun disertasi)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2014	Survei Konsumsi Makanan Individu atau Studi Diet Total	Kementerian Kesehatan Republik Indonesia	Rp 20.000.000,-
2	2019	Hubungan pengetahuan, asupan natrium, kalium, rasio Na-K dan vitamin D terhadap tekanan darah pada ibu hamil	LPPM Universitas Indonesia	Rp 20.000.000,-

3	2019-2020	Asupan Energi, Lemak, Beban Glikemik dan Indeks Massa Tubuh berhubungan dengan Persen Lemak Visceral Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kebon Jeruk	Mandiri	Rp. 10.000.000,-
---	-----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------	------------------

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Tahun	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2016	Pendidikan Sarapan Sehat di SDIT Teladan YKPI	PERGIZI	Rp 23.000.000
2	2016-2019	Koordinator Nutritionist (untuk 6 Area Nutritionist) Program Tantangan Juara MILO se-Jabodetabek	PT Nestle Indonesia	Rp. 64.000.000,-
3	2017	Pendidikan Sarapan Sehat di SD Mauk 01	PERGIZI	Rp 23.000.000
4	2020	Nutritionist Kuliah Whatsapp : Pemenuhan Gizi Anak Batita bersama Nestle Batita di 32 Provinsi Indonesia	PT Nestle Indonesia	Rp. 120.000.000,-
5	2020	Penilaian Status Gizi dan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Sebagai Bentuk Aktivasi Kegiatan UKS (Sekolah Dasar Negeri Kedoya Utara 01, Jakarta Barat)	LPPM Universitas Esa Unggul	Rp. 20.000.000,-
6	2021 - 2022	Nutritionis Kuliah Whatsapp : Pemenuhan Gizi Anak Batita bersama Nestle Batita di 32 Provinsi Indonesia	PT Nestle Indonesia	Rp. 50.000.000,-
7	2021 - 2022	Koordinator Kuliah Whatsapp (untuk 8 Area Nutritionist) : Pemenuhan Gizi Anak Usia Sekolah Bersama MILO di 32 Provinsi Indonesia	PT Nestle Indonesia	Rp. 400.000.000,-

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam 5 tahun terakhir

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1	Melatonin menurunkan berat badan tetapi tidak menurunkan kadar TNF- pada tikus wistar jantan yang diberi minyak jelantah selama 28 hari	Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition) ISSN 1858-4942	Volume 5 (2), 127-132 Juni 2017
2	Pengembangan biskuit MP-ASI dengan bahan dasar kulit pisang ambon (<i>musa</i>	Jurnal Nutrire Diaita ISSN 1979-8539	Volume 11 (1) April 2019

	<i>acuminata colla</i>) dan penambahan ubi jalar merah (<i>ipomoea batatas</i>) sebagai sumber beta karoten untuk anak usia 6-24 bulan		
3	Hubungan jenis kelamin, status gizi, konsumsi susu dan olahannya dengan kadar asam urat pada lansia	Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)	7 (2), 133-137 Juni 2019
4	Pembuatan Roti Kering dengan Penambahan Ikan Lele (<i>Clarias Batracus</i>) dan Bayam (<i>Amarantus Tricolor</i> , I.) Sebagai Snack Alternatif MP-ASI Sumber Protein dan Zat Besi	Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan P-ISSN:2615-2851 E-ISSN:2622-7622	Volume 4 (1), 90-99 Juli 2020
5	Relations Between Protein Energy Intake, Micronutrient Intake, and the Grip Strength of Elderly Women	Annals of Tropical Medicine & Public Health http://doi.org/10.36295/ASRO.2021.24166	Vol. 24 Issue 01 Jan 2021

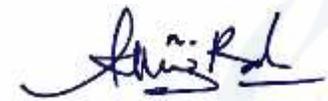
F. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir

No	Jenis Penghargaan	Institut Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Sertifikat HaKI : Media Buku Saku MP-ASI No Pencatatan : EC00202016093	Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum dan HAM, RI	2019
2	Sertifikat HaKI : Video Cooking Demo MP-ASI anak usia 8 bulan. No. Pencatatan : EC00202045553	Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum dan HAM, RI	2020
3	Sertifikat HaKI : Leaflet Gizi dan Menu Anak Sekolah No. Pencatatan : EC00202050627	Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum dan HAM, RI	2020
4	Sertifikat Penghargaan sebagai Narasumber Webinar : Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) di masa Pandemi Covid-19	Universitas Singaperbangsa Karawang	2020
5	Sertifikat Penghargaan sebagai Narasumber Talkshow On Radio : Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19	Ilmagi dan RBAMBA Radio 107.7 FM	2020
6	Sertifikat Penghargaan sebagai Narasumber Webinar : Pangan Lokal untuk Penanganan dan Pencegahan Triple Burden Malnutrition di Masa Pandemi	IIK BW (Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata)	2021

7	Sertifikat Penghargaan sebagai Narasumber Webinar Nutricion #3 : Kupas Tuntas Diet dan Faktanya	YZ For Better Future Community	2021
8	Webinar : Nutripreneurship di Era Digital	Universitas Esa Unggul	2021

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksinya.

Jakarta, 07 Agustus 2023
Pengusul,



(Anugrah Novianti, SGz, M.Gizi)

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Prita Dhyani Swamilaskita, S.P, M.Si
2	Jabatan Fungsional	Dosen
3	NIP/NIK/Identitas lainnya	216030626
4	NIDN	0417098602
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Purwokerto/ 17 September 1986
6	E-mail	prita.dhyani@esaunggul.ac.id
7	Nomor Telepon/HP	087874495866
8	Alamat Kantor	Jalan Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk, Jakarta Barat
9	No telepon/Fax	021-5674223

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Institut Pertanian Bogor	Institut Pertanian Bogor
Bidang Ilmu	Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga	Ilmu Gizi Masyarakat
Tahun Lulus	2008	2011
Judul Skripsi/Thesis	Persepsi Manfaat Minuman Probiotik pada Lanjut Usia di Kota Bogor	Pengaruh Konsumsi Pangan dan Pemeriksaan Kesehatan terhadap Status Gizi Ibu Hamil serta Berat dan Panjang Bayi Lahir di Kota Bogor
Nama Pembimbing	Prof. Dr. Ahmad Sulaeman, MS	Prof. Dodik Briawan, MCN; Dr. Yayuk Baliwati, MSi

C. Pengalaman Penelitian

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			sumber	Jumlah
1	2020	Analisis Bahan Tambahan Pangan, Hubungan Karakteristik Sosial Ekonomi, Pengetahuan Dan Daya Terima Terhadap Keputusan Pembelian Saus Sambal Kemasan	Mandiri	
2	2020	Hubungan Kualitas Menu Dan Kualitas Pelayanan Rijstaffel Terhadap Kepuasan Konsumen Di Sahira Butik Hotel Bogor	Mandiri	
3	2019	Tingkat Kecukupan dan Keseimbangan Zat Gizi Makro Terhadap Pertambahan Berat Badan Ibu Selama Kehamilan	UEU	
4	2018	Pengembangan Biskuit MP-ASI dengan Bahan Dasar Kulit Pisang Ambon (<i>Musa Acuminata Colla</i>) dan Penambahan Ubi Jalar Merah (<i>Ipomoea Batatas</i>) Sebagai Sumber β -Caroten untuk anak usia 6-12 bulan	PDP-Dikti	

5	2017	Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Rumah Tangga dalam Penggunaan Kemasan Styrofoam di Jakarta Barat	Mandiri	
6	2017	Keragaman Konsumsi Pangan dan Densitas Gizi pada Remaja Obesitas dan Non Obesitas	Esa Unggul	
7	2016	Efikasi Suplementasi Zat Gizi Pada Ibu Hamil terhadap Hasil Kehamilan	Mandiri	
8	2014	Deteksi Dini Autisme Menggunakan Fuzzy Tsukamoto	IBM-Dikti	
9	2011	Pengaruh Konsumsi Pangan dan Pemeriksaan Kesehatan terhadap Status Gizi Ibu Hamil serta Berat dan Panjang Bayi Lahir di Kota Bogor	Mandiri-Seafast Center IPB	

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			sumber	Jumlah
1	2020	Peningkatan Pengetahuan Penjamah Makanan Terkait Pembinaan Kantin Sehat	Mandiri	
2	2020	Pembinaan Higiene Personal Pada Penjamah Makanan Menggunakan Media Celemek Di Kantin Universitas Esa Unggul	Mandiri	
3	2020	Edukasi Gizi Efektif Terkait Pemantauan status Gizi Anak dengan Down Syndrome	UEU	
4	2020	Sosialisasi Pemilihan Dan Penyimpanan Makanan Saat Berpuasa Di Situasi Pandemi Covid 19 Pada Mahasiswa Universitas Singaperbangsa Karawang (Unsika)	Mandiri	
5	2020	Sosialisasi Pemilihan Dan Penyimpanan Makanan Saat Berpuasa Dalam Masa Pandemi Pada Mahasiswa Esa Unggul	Mandiri	
6	2019	Pemberdayaan Masyarakat Melalui Sosialisasi Perbaikan Gizi Ibu Hamil dengan Meningkatkan Konsumsi Makanan Alami	Mandiri	
7	2018	Edukasi Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar di kecamatan Cilincing Jakarta Utara	Dompot Dhuafa	
8	2017	Sosialisasi Sarapan Sehat pada Masyarakat Sekolah di SDN Angke 03 Jakarta Barat	Mandiri	
9	2016	Efektifitas Permainan Monopoli sebagai Media Sosialisasi Konsumsi Cairan pada Remaja di SMPN 220 Jakarta	Mandiri	
10	2016	Pendidikan Sarapan Sehat Menuju Bangsa Sehat Berprestasi bagi Anak Sekolah Dasar Negeri Mauk III Kabupaten Tangerang Banten	Energen	

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor/Tahun	Nama Jurnal
1	Polyunsaturated Fatty Acid Intake and Symptom Severity of Patients with Schizophrenia in Ernaldi Bahar Hospital, South Sumatra, Indonesia.	11 (3)/2020	Indian Journal of Public Health Research & Development http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=09760245&AN=145376497&h=iN%2BVgtH1hw6Xyrl5wuIOVRk5mZTaRr%2FRQxKYam4CD3FFrhfdFEkNykgIVZ4WP15WFqFTbmE9%2FIwP9GEHsa9EQ%3D%3D&crl=c
2	Analisis Bahan Tambahan Pangan, Hubungan Karakteristik Sosial Ekonomi, Pengetahuan Dan Daya Terima Terhadap Keputusan Pembelian Saus Sambal Kemasan	1 (1), 12-23/2020	Jurnal Gizi dan Kuliner https://journal.unsika.ac.id/index.php/gizi/article/download/3628/2519
3	Faktor VO2 max Atlet Softball Putri di Pemusatan Latihan Nasional (Pelatnas) Asian Games 2018	5 (2), 175-183/2020	JUARA: Jurnal Olahraga http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/juara/article/download/844/518
4	Pengembangan Biskuit MPASI Tinggi Besi dan Seng dari Tepung Kacang Tunggak (<i>Vignia unguiculata</i> L.) dan Hati Ayam	10 (2), 3348/2020	Jurnal Pangan dan Gizi http://103.97.100.145/index.php/JPDG/article/view/6401
5	Pengembangan Pocket Stick Dengan Penambahan Ikan Teri (<i>Stolephorus</i> Sp) Dan Kacang Merah (<i>Phaseolus Vulgaris</i> L) Sebagai Snack Untuk Anak Sekolah	17 (3), 375-383/2020	Forum Ilmiah https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Formil/article/view/3679

6	Hubungan Kualitas Menu Dan Kualitas Pelayanan Rijstaffel Terhadap Kepuasan Konsumen Di Sahira Butik Hotel Bogor	17 (1), 114-121/2020	Forum Ilmiah https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Formil/article/view/3231
7	Tempeh and Vital Wheat Gluten based Analog Meat Development as Vegetarian Alternative Food	1 (1), 247-256/2020	International Conference on Health https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&cluster=16136091890762655254&btnI=1&hl=en
8	Penambahan Ekstrak Serai (Cymbopogon citratus) dan Ekstrak Tomat (Solanum lycopersicum) Terhadap Nilai Gizi, Kandungan Fe, dan Vitamin C pada Permen Jelly	21 (2), 7582/2019	Jurnal Nutrisia https://www.nutrisiajournal.com/index.php/JNUTRI/article/download/145/68
9	Association between Buffet Menu Quality and Services on the Level of Customer Satisfaction in Days Hotel and Suites Jakarta Airport Cengkareng	75, 144-144/2019	ANNALS OF NUTRITION AND METABOLISM https://scholar.google.com/scholar?cluster=5052072518817017675&hl=en&oi=sch
10	Association of Diet Quality, Adequacy Level of Macro Nutrient, Level of Preverence and Acceptability to Nutritional Status of Female Student in Daarul Ahsan Islamic Boarding School	75, 240-240/2019	ANNALS OF NUTRITION AND METABOLISM https://scholar.google.com/scholar?cluster=5052072518817017675&hl=en&oi=sch
11	Knowledge, Attitude, and Behavior of Housewives in Using Styrofoam Packaging in West Jakarta	4 (5), 627-634 /2018	KnE Life Sciences https://knepublishing.com/index.php/Kne-Life/article/view/2592/5555
12	Relationship Between the Adequacy of Vitamin C, Vitamin E and Body Fat Percentage with Pain and Physical Function Patients with	24(9), 6856-6859/2018	Advanced Science Letter (American Scientific Publisher) https://www.ingentaconnect.com/contentone/asp/asl/2018/0000024/00000009/art00143

	Osteoarthritis of the Elderly in Policlinic Geriatric RSCM		
13	Efikasi Suplementasi Zat Gizi Pada Ibu Hamil terhadap Hasil Kehamilan	8(1), 27-42/2016	Meda Gizi Mikro Indonesia file:///C:/Users/USER/Downloads/7684-18879-1-SM%20(3).pdf
14	The Effect of Food Consumption and Health Examination to Nutritional Status of Pregnant Woman and Birth Outcome in Bogor City	23 : S75/2017	Malaysian Journal of Nutrition (Supplement)
15.	Keragaman Konsumsi Pangan dan Densitas Gizi pada Remaja Obesitas dan Non Obesitas	9(2)/2017	Nutrire Diaita http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Nutrire/article/view/2199
16	Daya Terima dan Nilai Gizi Snack Bar Modifikasi sayur dan Buah untuk Remaja Putri	6(1)/2017	Jurnal Gizi Unimus https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/viewFile/2698/2607
17	Pengaruh Asupan Fe, Vitamin A, Vitamin B12, dan Vitamin C terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Vegan	13(2), 67-74/2016	Jurnal Gizi Klinik Indonesia https://journal.ugm.ac.id/jgki/article/view/22921/15367
18	Deteksi Dini Autisme Menggunakan Fuzzy Tsukamoto	3(1), 329-334	Prosiding SNaPP: Sains, Teknologi http://proceeding.unisba.ac.id/index.php/sains_teknologi/article/view/606/pdf

F. Pemakalah Seminal Ilmiah (Oral Presentation)

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	International Conference of Occupational Health and Safety (ICOHS)	Knowledge, Attitude, and Behavior of Housewives in Using Styrofoam Packaging in West Jakarta	Bali, 1-2 November 2017
2	International Symposium on Physical Fitness and Sports Nutrition (ISPEN)	Menu Quality and Preference on Nutritional Status of Athlete in Jakarta Sport Study Center	Jakarta, 4 Agustus 2018

G. Penghargaan dalam 10 Tahun
Terakhir (dari pemerintah,
asosiasi atau institusi lain)

No	Jenis Penghargaan	Institut Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Sertifikat Narasumber pada Kegiatan Training of Center Studi Determinan Status Gizi Balita	Kemeterrian Kesehatan RI	2020
2	Sertifikat Narasumber pada kegiatan Training Of Center Studi Status gizi Indonesia 2020	Kementerian Kesehatan RI	2020
3	Sertifikat Penghargaan Pembicara pada Kegiatan Hari Pangan Sedunia 2020	Universitas Esa Unggul	2020
4	Sertifikat Pembicara Pada Kegiatan Webinar Pemilihan dan Penyimpanan Pangan pada Saat Puasa di Situasi Pandemi COVID-19	Universitas Singaperbangsa Karawang	2020
5	Sertifikat Penghargaan Pembicara Pelatihan pangan Lokal “Kampung Anak Sejahtera”	Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI-Fodbank of Indonesia	2019
6	Sertifikat Penghargaan Pembicara Seminar Gizi Nasional dalam Rangka Hari Pangan Sedunia XXXIX	Prodi Gizi-Universitas Esa Unggul	2019
7	Sertifikat Penghargaan Kegiatan Kampanye Nasional Pencegahan stunting	Staf Kepresidenan RI	2018
8	Piagam Penghargaan Pembicara Kegiatan :Healthy Mindset for Dietary Habits”	Prodi Gizi-Universitas Esa Unggul	2016