

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN DENGAN METODE SIMULASI
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
TENTANG SARAPAN PADA MURID
DI SDN 3 DELOD PEKEN
TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Denpasar**

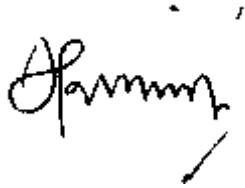
Oleh :
A.A. LYSTIA PUTRI INDRIANI
P07131215024

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN GIZI
DENPASAR
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN
EFEKTIVITAS PENYULUHAN DENGAN METODE SIMULASI
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
TENTANG SARAPAN PADA MURID
DI SDN 3 DELOD PEKEN
TABANAN

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes
NIP. 195912111982012001

Pembimbing Pendamping :




Ni Putu Agustini, SKM, M.Si
NIP. 196509071989032002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR




Dr. Komang Wiardani, SST, M.Kes
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

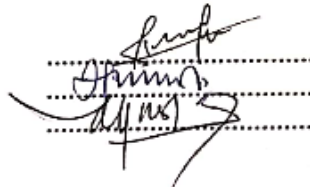
**EFEKTIVITAS PENYULUHAN DENGAN METODE SIMULASI
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
TENTANG SARAPAN PADA MURID
DI SDN 3 DELOD PEKEN
TABANAN**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : RABU
TANGGAL : 8 MEI 2019**

TIM PENGUJI :

- | | | |
|------------------------------------|-----------|-------|
| 1. I Ketut Kencana, SKM, M.Pd | (Ketua) | |
| 2. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes | (Anggota) | |
| 3. Ni Putu Agustini, SKM, M.Si | (Anggota) | |



**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR



Dr. Komang Wiardani, SST, M.Kes
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : A.A. Lystia Putri Indriani
NIM : P07131215024
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2018/2019
Alamat : Jalan Melati No.5, Br. Grokgak Tengah, Delod Peken,
Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Efektivitas Penyuluhan Dengan Metode Simulasi Terhadap Peningkatan Pengatahuan dan Sikap Tentang Sarapan Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 3 Delod Peken Tabanan adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 8 Mei 2019
Yang membuat pernyataan



A.A. Lystia Putri Indriani
NIM. P07131215024

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN DENGAN METODE SIMULASI
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG SARAPAN
PADA MURID DI SDN 3 DELOD PEKEN
TABANAN**

ABSTRAK

Sarapan sangat penting bagi murid sekolah dasar terutama untuk menjaga kesehatan konsentrasi belajar dan menunjang prestasi di sekolah. Banyak murid sekolah dasar yang mengabaikan sarapan sebelum ke sekolah dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang sarapan. Oleh karena itu diperlukan sebuah penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap murid sekolah dasar tentang sarapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan dengan metode simulasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang sarapan pada murid sekolah dasar. Jenis penelitian adalah *quazi eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Jumlah populasi adalah seluruh murid SDN 3 Delod Peken Tabanan. Populasi target adalah kelas IV,V, dan VI sebanyak 88 orang dengan jumlah sampel sebanyak 73 orang. Teknik sampling menggunakan *proporsional random sampling*. Penelitian ini dilakukan di SDN 3 Delod Peken Tabanan pada bulan Januari-Mei 2019. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner tentang sarapan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan mengenai sarapan dimana nilai rata-rata pengetahuan berubah dari 75,82 menjadi 88,70 dengan nilai minimum sebelum penyuluhan adalah 40 dan sesudah penyuluhan adalah 60. Nilai tertinggi sebelum penyuluhan adalah 95 dan setelah penyuluhan adalah 100. Terdapat perubahan sikap mengenai sarapan dimana rata-rata sikap berubah dari 70,89 menjadi 74,12. Nilai minimum sebelum penyuluhan adalah 52 dan 56 sesudah penyuluhan. Nilai tertinggi sebelum penyuluhan adalah 88 dan 91 sesudah penyuluhan. Uji hipotesis menggunakan *paired sampel T-Test* didapatkan nilai *p value sig. 2-tailed*) pengetahuan sebesar 0,000 dan nilai *p value sig. 2-tailed*) sikap sarapan sebesar 0,024. Disimpulkan penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang sarapan pada murid di SDN 3 Delod Peken Tabanan. Diharapkan petugas penyuluh yang ada di sekolah dapat meningkatkan dan mengembangkan pemberian materi mengenai sarapan kepada murid sekolah dasar dengan menggunakan metode dan media yang lebih menarik dan sesuai dengan perkembangan anak seperti metode simulasi dengan media monopoli sarapan pagi.

Kata Kunci : sarapan, pengetahuan, sikap, simulasi

**THE EFFECTIVENESS OF COUNSELING WITH THE SIMULATION METHOD
ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDE ABOUT BREAKFAST
IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS AT SDN 3 DELOD PEKEN
TABANAN**

ABSTRACT

Breakfast is very important for elementary school students especially to maintain the concentration of learning and support achievement in school. Many elementary school students who ignore breakfast before going to school due to lack of knowledge about breakfast. Therefore an education is needed to increase the knowledge and attitudes of elementary school students about breakfast. The targets of this study is to determine the effectiveness of counseling with the simulation method on knowledge and attitudes about breakfast in elementary school students. This type of research is experimental quazi with a one group pretest-posttest design study design. The total population are the students at SDN 3 Delod Peken Tabanan. The population target is 88 people with a total sample of 73 people. The sampling technique uses proportional random sampling. This research was conducted at SDN 3 Delod Peken Tabanan in January-May 2019. Instruments for collecting data using questionnaires about breakfast. The results showed that there was a change in knowledge about breakfast where the average value of knowledge changed from 75.82 to 88.70 with a minimum value before counseling was 40 and after counseling was 60. The highest score before counseling was 95 and after counseling was 100. There changes in attitude regarding breakfast where the average attitude changes from 70.89 to 74.12. The minimum value before counseling is 52 and 56 after counseling. The highest score before counseling was 88 and 91 after counseling. Hypothesis testing using paired T-Test samples obtained p value sig. 2-tailed) knowledge of 0,000 and p value of sig. 2-tailed) breakfast attitude at 0.024. It was concluded that counseling using an effective simulation method on increasing knowledge and attitudes about breakfast for students at SDN 3 Delod Peken Tabanan. It is expected that extension officers in the school can improve and develop the provision of material on breakfast to elementary school students by using methods and media that are more interesting and in accordance with children's development such as simulation methods with the breakfast monopoly media.

Keywords : breakfast, knowledge, attitude, simulation

RINGKASAN PENELITIAN

Efektivitas Penyuluhan Dengan Metode Simulasi
Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Tentang Sarapan
Pada Murid di SDN 3 Delod Peken Tabanan
Tahun 2019

A.A. LYSTIA PUTRI INDRIANI (P07131215024)

Anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat, mempunyai sifat individual, serta aktif dan tidak bergantung dengan orang tua. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu. Pada usia ini anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk berada di sekolah yaitu selama delapan jam atau lebih. Kegiatan anak yang terlalu padat inilah yang menyebabkan anak sekolah sering meninggalkan sarapan mereka karena ingin segera pergi ke sekolah. Terlalu seringnya meninggalkan sarapan akan berdampak buruk bagi anak sekolah sehingga memungkinkan anak sekolah menderita masalah gizi. Rendahnya angka sarapan atau prevalensi tidak biasa sarapan pada anak sekolah dasar di Indonesia berkisar antara 16,9-59%. Sedangkan untuk di Bali diketahui bahwa sekitar 18,9% anak sekolah tidak pernah melakukan sarapan dan 11,2% anak sekolah dasar yang jarang melakukan sarapan.

Jenis penelitian adalah *Quazi Eksperiment* dengan rancangan penelitian adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Jumlah populasi adalah seluruh siswa SDN 3 Delod Peken Tabanan. Total populasi target yang ada yaitu 88 orang dan hanya 73 orang yang diambil sebagai sampel penelitian. Teknik sampling yang digunakan adalah *Proporsional Random Sampling*. Penelitian dilakukan di SDN 3 Delod Peken Tabanan pada bulan Januari-Mei 2019. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pre test dan post test tentang sarapan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 34,2% murid SD laki-laki dan 65,8% perempuan, dengan rata-rata usia 11 tahun. Terjadi peningkatan pengetahuan tentang sarapan dimana persentase pengetahuan baik meningkat dari

63% menjadi 89%. Pengetahuan cukup menurun dari 28,8% menjadi 6,8% dan pengetahuan kurang menurun dari 8,2% menjadi 4,1%. Terdapat perubahan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dengan metode simulasi diberikan. Sikap dengan kategori baik meningkat menjadi 17,8% dan sikap dengan kategori cukup dan kurang menurun menjadi 78,1% (cukup) dan 4,1% (kurang).

Hasil uji *Paired Sampel T-test* yang dilakukan terhadap pengetahuan didapatkan bahwa nilai *p value (sig. 2-tailed)* sebesar 0,000 ($p\ value < 0,05$) maka H_0 ditolak, yang artinya ada perbedaan yang bermakna pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan metode simulasi. Jadi, penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi efektif terhadap peningkatan pengetahuan. Hasil uji *Paired Sampel T-test* yang dilakukan terhadap sikap didapatkan bahwa nilai *p value (sig. 2-tailed)* adalah sebesar 0,024 ($p\ value < 0,05$) maka H_0 ditolak, yang artinya ada perbedaan yang bermakna sikap sebelum dan sesudah penyuluhan. Jadi, penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi efektif untuk mengubah sikap tentang sarapan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap sarapan pada murid sekolah dasar, sehingga disarankan kepada petugas penyuluh kesehatan pada anak sekolah dasar untuk menggunakan metode dan media yang sesuai dengan perkembangan anak.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis persembahkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa / Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya semata sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Dengan Metode Simulasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Tentang Sarapan Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 3 Delod Peken Tabanan”.

Berbagai pihak telah membantu untuk menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes dan Ni Putu Agustini, SKM, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran, masukan, dan petunjuk dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan
2. Direktur Poltekkes Denpasar melalui Ketua Jurusan Gizi beserta jajarannya yang telah membantu memberikan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Ibunda dan keluarga tercinta yang selalu memberikan motivasi dan dukungan doa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan
4. Teman dan sahabat yang selalu memberikan motivasi, dukungan, semangat, canda dan tawa
5. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini

Walaupun demikian, dalam skripsi ini peneliti menyadari masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Penulis