SKRIPSI

PENGARUH PENYULUHAN DAN MEDIA VIDEO PETIS (PENCEGAHAN GASTRITIS) TERHADAP PENGETAHUAN DAN PRAKTIK PADA REMAJA 15-19 TAHUN DI SMA N 04 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

DISUSUN OLEH:

WIDYA AULIATI PRATIWI

P05130221094

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN AJARAN 2024/2025

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH PENYULUHAN DAN MEDIA VIDEO PETIS (PENCEGAHAN GASTRITIS) TERHADAP PENGETAHUAN DAN PRAKTIK PADA REMAJA 15-19 TAHUN DI SMA N 04 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh:

WIDYA AULIATI PRATIWI
NIM: P05130221094

Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan di Hadapan Tim Penguji Dosen Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : Juni 2025

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Pembimbing I	Pembimbing II
Jumiyati, SKM, M. Gizi	Risda Yulianti, S.Gz.,M.Sc.,Ph.D
NIP.197502122001122001	NIP. 19810217200604200

ii

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

PENGARUH PENYULUHAN DAN MEDIA VIDEO PETIS (PENCEGAHAN GASTRITIS) TERHADAP PENGETAHUAN DAN PRAKTIK PADA REMAJA 15-19 TAHUN DI SMA N 04 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan oleh :

WIDYA AULIATI PRATIWI
NIM : P05130221094

Skripsi Ini Telah Diuji dan Dipertahakan di Hadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi

Pada Tanggal : 10 Juni 2025

Dinyatakan Telah Memenuhi Untuk Diterima

Tim Penguji,

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Ketua Dewan Penguji	Penguji II
Dr. Tonny C Maigoda, SKM, MA	Tetes Wahyu, SST, M.Biomed
NIP. 196101101981031003	NIP. 198106142006041004
Penguji III	**Penguji IV**
Risda Yulianti, S.Gz.,M.Sc.,Ph.D	Jumiyati, SKM, M. Gizi
NIP. 19810217200604200	NIP. 197502122001122001

Mengesahkan
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Anang Wahyudi, S.Gz, MPH
NIP. 198210192006041002

iii

BIODATA PENELITI



Nama	:	Widya Auliati Pratiwi
NIM	:	P05130221094
Prodi	:	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
TTL	:	Bengkulu, 06 Oktober 2002
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Agama	:	Islam
Anak Ke	:	5 dari 6 bersaudara
Alamat	:	Jalan Citarum 4 Rt 13 Rw 05 No.42 Kecamatan Gading Cempaka Kelurahan Jalan Gedang Kota Bengkulu
Nama Ayah	:	-
Nama Ibu	:	-
Email	:	Widyaaawidyaauliati@gmail.com
Instagram	:	@widyauliati
Riwayat Pendidikan	:	1) TK Witri 1 Kota Bengkulu 2) SD N 20 Kota Bengkulu 3) SMP N 8 Kota Bengkulu 4) SMAN 7 Kota Bengkulu 5) Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang itu yang nanti akan bisa kau ceritakan"

PERSEMBAHAN

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

Alhamdulillahi rabbil 'alamin, segala puji dan syukur kupanjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia dan kemudahan yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan. Kebahagiaan yang kurasakan pada momen berharga ini, dengan tulus kupersembahkan kepada orang-orang tercinta dan paling berarti dalam hidupku:

1. Kepada kedua orang tuaku papa dan mama, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup saya, terima kasih atas setiap usaha dan kerja keras yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai ke tahap ini dan telah menjadi contoh untuk selalu menjadi seorang anak perempuan yang kuat.
2. Untuk empat petualang hebat dalam hidupku, abang kandungku tersayang (IJ, Bj, Zul, Satria) dan adek kandungku (OS). Maafkan adik perempuanmu ini, sering bikin kalian kesal. Meski usia kita terpaut jauh, rasa rindu selalu ada, sekarang adikmu sudah sarjana. Bahagia ini kupersembahkan untuk kalian yang membuat pulang selalu terasa istimewa.
3. Kakak iparku Ayuk Dwi, Ayuk Dn, Cece, Ayuk Mut yang selalu memberikan motivasi untuk selalu kuat dan bertahan dalam menjalani perkulihan ini serta ke 4 keponakanku (Hfz, Galvn, Nzwa, Gvn) yang mewarnai hidupku. Sepupu ku Ayunita Triananda S.Tr.Gz yang selalu menjadi motivasi yang sangat baik dari awal saya memilih jurusan hingga saya bisa ditahap akhir ini.
4. Taklupa terimakasih untuk sahabat saya Afifah Rifda, Fitri Rezki Ananda untuk selalu mensupport sekaligus membantu saya dalam penyusunan skripsi dari awal langkah perjalan hingga di titik saya bisa mengucapkan tanda terimakasih di dalam skripsi ini untuk kalian.

5. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Habib Maula Hidayat. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalan hidup penulis. Berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis. Telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah, dan memberikan semangat, senyuman serta sabarmu untuk penulis bisa selesai sampai ditahap ini.
6. Terimakasih STr. Gizi angkatan 2021 Terkhusus untuk Tata butet, Jeha smk, Nanda Sahabat terdekat saya baik didalam maupun diluar kampus yang baru saya kenal dan membantu disaat kesulitan bukan hanya dalam perkuliahan. Mawar, Rahyu, Adelia, Tessa, Pitrah, Zelfi, Noprida, Chintya, Repa, Angga yang selalu mendengarkan setiap candaan receh, dan pelukan tanpa kata saat stres melanda, pendengar dadakan di setiap kesedihan yang sulit dilewati, thankyou. Taklupa juga, pejuang PKL RSPAD Gatot Soebroto dan Puskesmas Sawah Lebar. Kita baru saja menyelesaikan "diet" terberat. Saatnya "*cheat day*" kebahagiaan!.
7. Terakhir, untuk diri saya sendiri Widya Auliati Pratiwi telah kuat sampai detik ini, yang mampu mengendalikan diri dari tekanan luar. Yang tidak menyerah sesulit apapun rintangan kuliah ataupun proses penyusunan skripsi, yang mampu berdiri tegak ketika dihantam permasalahan yang ada. Terimakasih diriku semoga tetap rendah hati, ini baru awal dari permulaan hidup.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Program Studi S.Tr Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Skripsi, Juni 2025
Widya Auliati Pratiwi

Pengaruh Penyuluhan dan Media Video PETIS (Pencegahan Gastritis) terhadap Pengetahuan dan Praktik pada Remaja 15–19 Tahun di SMA N 04 Kota Bengkulu Tahun 2025

xv + 111 Halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 14 Lampiran

ABSTRAK

Pendahuluan : Remaja merupakan penduduk yang berusia mulai dari 10 tahun hingga 19 tahun. Remaja sering kali terjebak dalam pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur, bahkan sampai mengalami gangguan pola makan, sehingga aktivitas sehari-hari mereka cenderung kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi, baik waktu dan jenis makanannya yang membuat mereka mengalami masalah lambung yaitu maag atau gastritis. Gastritis merupakan salah satu gangguan saluran cerna yang umum terjadi pada remaja akibat pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur. Remaja seringkali melewatkan waktu makan, mengonsumsi makanan instan, atau makanan yang dapat memicu peningkatan asam lambung. Salah satu upaya preventif yang efektif adalah melalui penyuluhan gizi dan pemberian media edukatif seperti video. Media video PETIS dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik pola makan sehat dalam mencegah gastritis.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media video PETIS (Pencegahan Gastritis) terhadap pengetahuan dan pola makan remaja usia 15–19 tahun di SMA Negeri 04 Kota Bengkulu tahun 2025.

Metode : Penelitian ini merupakan kuasi eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest with control group*. Jumlah sampel sebanyak 36 responden, yang dibagi secara acak menjadi kelompok perlakuan (SMA N 04) dan kelompok kontrol (SMA N 07). Kelompok perlakuan mendapatkan penyuluhan gizi dan media video PETIS, sedangkan kelompok kontrol hanya mendapatkan video tanpa penyuluhan. Instrumen berupa kuesioner pengetahuan dan praktik pola makan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *independent sample t-test*.

Hasil : Terdapat peningkatan rerata skor pengetahuan dan praktik pola makan yang lebih tinggi secara signifikan ($p<0,05$) pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan gizi dan media video PETIS efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku gizi remaja.

Kata Kunci : Penyuluhan Gizi, Video PETIS, Gastritis, Pengetahuan, Praktik, Remaja

Daftar Pustaka : 49 (2007-2024)

Nutrition S.Tr Study Program, Poltekkes Kemenkes Bengkulu Thesis, June 2025
Widya Auliati Pratiwi

The Effect of Nutrition Counseling and PETIS Video Media (Prevention of Gastritis) on Knowledge and Practices among Adolescents Aged 15–19 Years at SMA N 04 Bengkulu City in 2025
xv + 111 Pages + 8 Tables + 2 Figure + 14 Attachments

ABSTRACT

Introduction : *Adolescents are individuals aged between 10 and 19 years. They are often trapped in unhealthy and irregular eating patterns, even to the point of experiencing eating disorders. As a result, their daily activities tend to neglect attention to food intake, both in terms of timing and type, which can lead to stomach problems such as gastritis. Gastritis is a common digestive disorder among adolescents caused by unhealthy and irregular eating habits. Adolescents frequently skip meals, consume instant foods, or eat foods that trigger increased stomach acid. One effective preventive effort is through nutrition education and the use of educational media such as videos. The PETIS video was designed to improve knowledge and healthy eating practices in preventing gastritis.*

Objective : *This study aimed to determine the effect of nutrition education using the PETIS video (Prevention of Gastritis) on the knowledge and eating behavior of adolescents aged 15–19 years at SMA Negeri 04 Bengkulu City in 2025*

Methods: *This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group. A total of 36 respondents were randomly divided into two groups: the intervention group (SMA N 04) and the control group (SMA N 07). The intervention group received both nutrition education and the PETIS video, while the control group received only the video without counseling. Instruments used included a questionnaire on nutritional knowledge and eating practices. Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis with the independent sample t-test.*

Results: *There was a significantly higher increase in the mean scores of knowledge and healthy eating practices ($p<0.05$) in the intervention group compared to the control group after the intervention. This indicates that the combination of nutrition education and the PETIS video was effective in improving adolescents' nutritional understanding and behavior.*

Keywords: *Nutrition Education, PETIS Video, Gastritis, Knowledge, Practice, Adolescents*

References: 49 (2007–2024)

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang, penulis memanjatkan puji syukur atas kehadirat-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi "**Pengaruh Penyuluhan dan Media Video Petis (Pencegahan Gastritis) Terhadap Pengetahuan dan Praktik Pada Remaja 15-19 tahun di SMA N 04 Kota Bengkulu tahun 2025"** sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Dalam menyelesaikan proposal skripsi ini, penulis banyak mendapatkan masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih pada bapak/ibu:

1. Linda Sitompul, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Tetes Wahyu W, SST., M. Biomed selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Jumiyati, SKM., M. Gizi selaku pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan serta motivasi dalam menyusun proposal skripsi.
5. Risda Yulianti, S.Gz, M.Sc., Ph.D selaku selaku pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan serta motivasi dalam menyusun proposal skripsi.

6. Dr. Tonny C Maigoda, SKM, MA Sebagai Ketua Dewan Penguji Dalam Penyusunan Skripsi.
7. Tetes Wahyu, SST, M.Biomed Sebagai Penguji II Dalam Penyusunan Skripsi
8. Seluruh dosen yang telah memberi masukan dan motivasi kepada penulis dalam menyusun proposal skripsi.
9. Kedua orang tua dan keempat abang dan adik saya tercinta yang selalu memberikan dukungan dan doa yang tidak pernah berhenti untuk keberhasilan perempuan satu-satunya ini.
10. Sahabat serta teman-teman seperjuangan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika angkatan 2021 yang banyak membantu dan menghibur selama proses penulisan proposal skripsi.

Terlepas dari itu semua, penulis menyadari masih ada kekurangan baik dari segi penyusunan kalimat maupun tata bahasa. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan selanjutnya.

Bengkulu, Februari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iv**

DAFTAR ISI ..... **vi**

DAFTAR TABEL ..... **viii**

DAFTAR GAMBAR ..... **ix**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **x**

BAB I PENDAHULUAN **1**

- **A. Latar Belakang** **1**
- **B. Rumusan Masalah** **6**
- **C. Tujuan Penelitian** **6**
- **D. Manfaat Penelitian** **7**
- **E. Keaslian Penelitian** **8**

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**

- **A. Remaja** **10**
- **B. Gastritis** **11**
- **C. Penyuluhan Kesehatan dan Model AIETA** **17**
- **D. Penyuluhan Gizi** **20**
- **E. Media Penyuluhan Gizi** **22**
- **F. Media Video** **24**
- **G. Pengetahuan Gizi** **27**
- **H. Pola Makan** **29**
- **I. Praktik pola makan** **34**
- **J. Kerangka Teori** **42**

BAB III METODE PENELITIAN **44**

- **A. Desain Penelitian** **44**
- **B. Waktu dan Tempat Penelitian** **45**
- **C. Hipotesis Penelitian** **45**
- **D. Kerangka Konsep** **46**
- **E. Variabel Penelitian** **46**
- **F. Defenisi Operasional** **47**
- **G. Populasi** **48**

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

H. Sampel 48
I. Besar Sampel..... 49
J. Prosedur dan Alur Penelitian 50
K. Pengumpulan Data 51
L. Instrumen dan Prosedur Penelitian 52
M. Pengolahan Data dan Analisis Data..... 53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 54
A. Jalannya Penelitian 54
B. Hasil 55
C. Pembahasan 60
D. Keterbatasan Penelitian..... 69
BAB V PENUTUP..... 71
A. Kesimpulan 71
B. Saran..... 72
DAFTAR PUSTAKA 73
LAMPIRAN..... 77

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Peelitian 8
Tabel 2.1 Defenisi Operasional 38
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Kelompok Perlakuan dan' Kontrol Jenis Kelamin dan Pendapatan Orang tua 48
Tabel 4.2 Gambaran pengetahuan sebelum pada kelompok perlakuan dan kontrol 49
Tabel 4.3 Gambaran pengetahuan sesudah pada kelompok perlakuan dan kontrol 49
Tabel 4.4 Gambaran praktik sebelum pada kelompok perlakuan dan kontrol. 50
Tabel 4.5 Gambaran praktik sesudah pada kelompok perlakuan dan kontrol. 50
Tabel 4.6 Pengaruh perubahan pengetahuan dan praktik sebelum dan sesudah pada kedua kelompok 51

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori 36

Gambar 2. Kerangka Konsep 39

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Pengetahuan..... 69

Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden 71

Lampiran 3. Surat Persetujuan Keikutsertaan dan Penelitian..... 72

Lampiran 4. Lembar Kuesioner Praktik 73

Lampiran 5. Storyboard..... 74

Lampiran 6. Uji Media Video..... 77

Lampiran 7. Uji Materi Video 80

Lampiran 8. Surat Dinas penanaman modal 1 pintu 83

Lampiran 9. Surat Dinas Pendidikan dan Kebudayaan..... 84

Lampiran 10. Surat keterangan penelitian sma 4..... 85

Lampiran 11. Surat keterangan penelitian sma 7..... 86

Lampiran 12. Master data pengetahuan 87

Lampiran 13. Master data praktik 89

Lampiran 14. Dokumentasi penelitian..... 91

Kemenkes Poltekkes Bengkulu