

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Layak Etik



Kementerian Kesehatan

Poltekkes Yogyakarta

Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293

(0274) 617601

<https://poltekkesjogja.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.DP.04.03/e-KEPK.1/001/2024

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : DELA MELIANDINI
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH MEDIA BERBASIS WEB MICES (MILENIAL CEGAH STUNTING) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG STUNTING PADA SISWA MAN 3 NGAWI"

"THE INFLUENCE OF WEB-BASED MEDIA MICES (MILLENNIALS TO PREVENT STUNTING) ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT STUNTING IN MAN 3 NGAWI STUDENTS"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 02 Januari 2024 sampai dengan tanggal 02 Januari 2025.

This declaration of ethics applies during the period January 02, 2024 until January 02, 2025.



January 02, 2024
Chairperson,



Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

Anggota Peneliti : Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes dan Almira Sitasari, S.Gz, MPH, RD

Lampiran 2 : Lembar Validasi Ahli Media

LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA PADA MEDIA WEB MICES**A. Identitas Peneliti**

Nama Peneliti : Dela Meliandini
 Materi : Edukasi Stunting Pada Remaja
 Sasaran Penelitian : Siswa
 Judul Penelitian : Pengaruh Media Berbasis Web Mices (Milenial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa Man 3 Ngawi

B. Identitas Ahli Media

Nama Ahli Media : Mukhammad Alwi Assagaf
 Pekerjaan Ahli Media : Desainer, Ilustrator

C. Tujuan Validasi Ahli Media

Lembar validasi bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang kevalidan media web Mices mengenai edukasi tentang stunting pada siswa yang sedang dikembangkan oleh peneliti

D. Petunjuk Pengisian

1. Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap media web Mices yang sedang dikembangkan oleh peneliti. Evaluasi mencakup isi materi, komentar, saran umum dan kesimpulan
2. Mohon memberikan tanda (V) pada skala penialain yang dianggap sesuai. Rentang penilaian mualai dari “sangat baik” hingga “sangat kurang”.
3. Mohon Bapak/Ibu memerikan saran revisi/komentar pada kolom yang telah disediakan
4. Peneliti mengucapkan terima kasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar validasi ini. Masukan yang Bapak/Ibu berikan akan menjadi bahan perbaikan selanjutnya.

Lembar Penilaian Validasi Media Pada Media Web Mices

1.

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Ketepatan warna <i>background</i>				✓		Lebih baik dibuat tema ceria dan optimis alih alih minimalis
2	Ketepatan warna gambar				✓		Lebih baik jika ada multi warna kulit dalam ilustrasi
3	Ketepatan wara teks					✓	
4	Kesesuaian warna gambar dan teks				✓		Beberapa warna membuat teks kurang kontras/ menonjol.
5	Ketepatan gambar yang sesuai dengan ateri					✓	
6	Kejelasan gambar dengan materi			✓			Lebih baik jika dibuatkan ilustrasi khusus dan spesifik
7	Tampilan design keseluruhan				✓		
8	Tampilan awal dan akhir <i>website</i>					✓	
9	Kejelasan teks untuk memberikan informasi					✓	
10	Ruang (space) proporsional			✓			Masih terlalu banyak space kosong
11	Penggunaan kata, istilah, dan kalimat mudah dipahami					✓	
12	Website mudah dipahami			✓			Kurangnya tombol Action Call
13	Memuat informasi identitas pembuat <i>website</i>					✓	
14	<i>Website</i> menarik untuk dibaca					✓	
15	Kejelasan informasi sesuai dengan judul				✓		Beberapa kata penting yang terkait judul mungkin perlu di BOLD

2. Komentar dan Saran Umum

Secara keseluruhan website sudah baik dan menyenangkan. Tapi dengan Action Button yang
 terhubung dengan materi akan lebih memudahkan akses. Pilihan desain minimalis dan
 ilustrasi ceria juga menarik, lebih sempurna ditambah aksesoris warna yang cerah optimis.
 Penambahan diagram dan infografis akan menambah kemudahan pembacaan.

3. Kesimpulan

Pengembangan media web Mices tentang edukasi stunting pada siswa, dinyatakan:

- a. Layak untuk digunakan tanpa revisi (✓)
- b. Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai saran ()
- c. Tidak layak digunakan ()

Yogyakarta, 12 Maret 2024
.....

Ahli Media



(Mukhammad Alwi Assagaf)
.....

LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA PADA MEDIA *Facebook*

A. Identitas Peneliti

Nama Peneliti : Dela Meliandini
 Materi : Edukasi Stunting Pada Remaja
 Sasaran Penelitian : Siswa
 Judul Penelitian : Pengaruh Media Berbasis *Web Mices* (Milennial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa Man 3 Ngawi

B. Identitas Ahli Media

Nama Ahli Media : Mukhammad Alwi Assagaf
 Pekerjaan Ahli Media : Desainer, Ilustrator

C. Tujuan Validasi Ahli Media

Lembar validasi bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang kevalidan media *facebook* mengenai edukasi tentang stunting pada siswa yang sedang dikembangkan oleh peneliti

D. Petunjuk Pengisian

1. Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap media *facebook* yang sedang dikembangkan oleh peneliti. Evaluasi mencakup isi materi, komentar, saran umum dan kesimpulan
2. Mohon memberikan tanda (V) pada skala penialain yang dianggap sesuai. Rentang penilaian mualai dari “sangat baik” hingga “sangat kurang”.

Keterangan skala penilaian:

- 1: Sangat kurang
- 2: Kurang baik
- 3: Cukup baik
- 4: Baik
- 5: Sangat baik

1. Mohon Bapak/Ibu memerikan saran revisi/komentar pada kolom yang telah disediakan
1. Peneliti mengucapkan terima kasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar validasi ini. Masukan yang Bapak/Ibu berikan akan menjadi bahan perbaikan selanjutnya.

Lembar Penilaian Validasi Media Pada Media *facebook*

1. Aspek Penilaian

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Ketepatan warna <i>background</i>					✓	
2	Ketepatan warna gambar					✓	
3	Ketepatan warna teks					✓	
4	Kesesuaian warna gambar dan teks					✓	
5	Ketepatan gambar yang sesuai dengan materi					✓	Baik, tapi perlu diperkaya
6	Kejelasan gambar dengan materi					✓	
7	Tampilan design keseluruhan					✓	
8	Tampilan awal dan akhir <i>facebook</i>					✓	
9	Kejelasan teks untuk memberikan informasi					✓	Spasi antar judul, paragraf, dan sub judul perlu dubat konsisten
10	Ruang (space) proporsional					✓	
11	Penggunaan kata, istilah, dan kalimat mudah dipahami					✓	
12	<i>facebook</i> mudah dipahami					✓	
13	Memuat informasi identitas pembuat <i>facebook</i>					✓	Lebih baik tambahkan bio profile atau deskripsi singkat.
14	<i>facebook</i> menarik untuk dibaca					✓	Judul dan kalimat caption masih terlalu formal.
15	Kejelasan informasi sesuai dengan judul					✓	

1. Komentor dan Saran Umum

Secara keseluruhan halaman facebook Mices sudah informatif dan nyaman dilihat. Mengingat

facebook adalah media sosial, bisa digunakan judul yang lebih casual meski informasi di

dalamnya resmi. Hal itu akan menjadikan lebih menarik. Penambahan gambar bergerak atau

video untuk kedepannya juga akan menambah kualitas laman ini.

1. Kesimpulan

Pengembangan media *web* Mices tentang edukasi stunting pada siswa, dinyatakan:

- a. Layak untuk digunakan tanpa revisi (✓)
- b. Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai saran ()
- c. Tidak layak digunakan ()

Yogyakarta, 15 Maret 2024

Ahli Media



(Mukhammad Alwi Assagaf)

Lampiran 3: Lembar Validasi Ahli Materi

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI PADA MATERI

A. Identitas Peneliti

Nama Peneliti : Dela Meliandini
 Materi : Edukasi Stunting Pada Remaja
 Sasaran Penelitian : Siswa
 Judul Penelitian : Pengaruh Media Berbasis *Web Mices* (Milenial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa Man 3 Ngawi

B. Identitas Ahli Materi

Nama Ahli Materi : Winda Miftakul Jannah, S.Gz.
 Pekerjaan Ahli Materi : Bekerja di Puskesmas

C. Tujuan Validasi Ahli Materi

Lembar validasi bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang kevalidan materi mengenai edukasi tentang stunting pada siswa yang sedang dikembangkan oleh peneliti

D. Petunjuk Pengisian

1. Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap materi yang sedang dikembangkan oleh peneliti. Evaluasi mencakup isi materi, komentar, saran umum dan kesimpulan
2. Mohon memberikan tanda (V) pada skala penialain yang dianggap sesuai. Rentang penilaian mulai dari "sangat baik" hingga "sangat kurang".

Keterangan skala penilaian:

- 1: Sangat kurang
- 2: Kurang baik
- 3: Cukup baik
- 4: Baik
- 5: Sangat baik

3. Mohon Bapak/Ibu memerikan saran revisi/komentar pada kolom yang telah disediakan
4. Peneliti mengucapkan terima kasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar validasi ini. Masukan yang Bapak/Ibu berikan akan menjadi bahan perbaikan selanjutnya.

Lembar Penilaian Validasi Materi

1. Aspek Penilaian

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Kesesuaian materi					√	Materi yang disampaikan sudah sesuai
2	Materi disampaikan secara lengkap					√	materi yang disampaikan sudah lengkap
3	Materi yang disampaikan benar					√	Materi yang disampaikan sudah sesuai dengan sumber pustaka.
4	Materi disampaikan secara jelas					√	materi yang disampaikan sudah jelas persub bab nya dan juga sudah membahas terkait stunting dan remaja
5	Materi yang disampaikan mudah dipahami				√		materi yang disampaikan mudah dipahami, bisa ditambahkan dibagian pentingnya gizi seimbang pada remaja untuk cegah stunting (obesitas itu imt nya berapa, anemia hbnya berapa, kek lilya berapa)
6	Menciptakan rasa ingin tahu					√	media sudah dibuat baik dan menarik sehingga menciptakan rasa ingin tahu pada orang yang akan

Lampiran 4: Penjelasan Sebelum Penelitian

PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)

1. Saya Dela Meliandini mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, dengan ini meminta Anda untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian saya yang berjudul **”Pengaruh Media Berbasis Web Mices (Milenial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa Madrasah Aliyah”**
2. Tujuan dari penelitian ini yaitu diketahuinya perbedaan efektifitas media *website* dan media *facebook* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang stunting.
3. Manfaat penelitian ini yaitu memberikan informasi mengenai stunting serta bagaimana pencegahan stunting.
4. Penelitian ini berlangsung selama tiga hari dengan intervensi diberikan satu kali pada hari pertama.
5. Siswa akan mendapatkan kompensasi berupa *reward* yaitu alat makan (sendok dan garpu).
6. Prosedur penelitian ini yaitu peneliti akan memperkenalkan diri dan memberikan penjelasan terkait penelitian, selanjutnya responden melakukan *pretest* dengan mengisi lembar kuesioner, kemudian peneliti akan memberikan intervensi dan menyebarkan link edukasi, dilanjutkan melalui *WhatsApp group* untuk sesi tanya jawab dan akan dilakukan *postest* pada hari ketiga.
7. Keuntungan yang diperoleh dari penelitian ini adalah siswa mendapatkan informasi mengenai stunting sehingga siswa diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang stunting dan mengetahui bagaimana cara pencegahan stunting.
8. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela tanpa ada paksaan. Anda dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.
9. Kegiatan ini hanya dilakukan untuk keperluan penelitian, sehingga nama Anda akan dirahasiakan. Apabila terdapat hal yang kurang jelas, Anda dapat menghubungi **Dela Meliandini** (081477086180).

Peneliti

(Dela Meliandini)

Lampiran 5. Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini merupakan orang tua/wali dari:

Nama :

Umur :

Alamat :

Asal Sekolah/ Kelas :

menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Dela Meliandini dengan judul “Pengaruh Media Berbasis Web Mices (Milenial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa Madrasah Aliyah”.

Saya memutuskan memberikan persetujuan anak saya untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya atau anak saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Ngawi, 2024

Yang memberikan
persetujuan,
Orang tua/wali

(.....)

Lampiran 6. Kuesioner Tentang Stunting

Kuesioner Tentang Stunting

Nomor Responden :

Tanggal Pengisian :

Petunjuk

1. Isilah identitas dengan lengkap
2. Baca soal dengan teliti sebelum menjawab
3. Berilah jawaban dengan benar dan sejujurnya.

A. Identitas Responden

Nama	
Jenis Kelamin	
Usia/ Tanggal lahir	
Kelas	
Asal Sekolah	

B. Kuesioner Pengetahuan

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat dari kekurangan gizi kronis dan infeksi yang berulang		
2	Anemia yang terjadi pada perempuan usia remaja dapat menyebabkan stunting pada anak yang dilahirkannya		
3	Menghindari merokok dan minuman beralkohol merupakan salah satu cara mencegah stunting		
4	Menghindari makanan siap saji merupakan salah satu cara mencegah stunting		
5	Stunting dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian pada bayi		
6	Kurang gizi pada remaja perempuan dapat menyebabkan stunting pada anak yang dilahirkan		
7	Menikah pada usia lebih dari 20 tahun adalah salah satu cara mencegah stunting		
8	Kurangnya akses air bersih dan sanitasi dapat menjadi penyebab penyakit gizi		
9	Anak yang stunting mengalami pertumbuhan fisik dan mental yang normal		
10	Anak yang stunting mengalami peningkatan risiko penurunan fungsi otak		
11	Makan dengan gizi seimbang dapat mencegah terjadinya stunting		
12	Ibu dengan pengetahuan yang kurang mengenai gizi yang baik untuk anak dapat memicu anak mengalami stunting		
13	Anak yang stunting biasanya dari golongan ekonomi bawah.		
14	PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah salah satu upaya penanggulangan stunting		
15	Akses air bersih dan sehat dapat mempengaruhi kejadian stunting pada balita		

Sumber : (Winarti & Hartati, 2022), (Herlina et al., 2021), dengan modifikasi.

C. Kuesioner Sikap

Petunjuk:

Bacalah pertanyaan di bawah ini, kemudian beri tanda (√) pada jawaban yang sesuai dengan pendapat anda, setuju atau tidak dengan pernyataan tersebut. Bertanyalah kepada kakak pengawas jika ada yang tidak dimengerti.

Keterangan :

SS: Sangat setuju

S : Setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Aspek	SS	S	TS	STS
1	Menurut saya, mengonsumsi makanan sumber protein hewani seperti daging, ikan, dan telur dapat mencegah terjadinya stunting				
2	Saya selalu mengonsumsi makanan dengan prinsip gizi seimbang (makanan pokok, lauk pauk, buah-buahan dan sayuran)				
3	Saya tidak suka melakukan olahraga				
4	Saya tidak suka mengonsumsi sayuran				
5	Menurut saya stunting dapat memengaruhi kecerdasan otak				
6	Saya selalu memperhatikan kebersihan di sekitar lingkungan saya				
7	Saya tidak suka mengonsumsi buah				
8	Saya selalu melakukan aktivitas fisik (olahraga) minimal 30 menit dalam sehari				
9	Saya selalu memantau tinggi badan dan berat badan minimal satu bulan sekali				
10	Saya melakukan pemeriksaan LILA (Lingkar Lengan Atas) untuk mengetahui apakah mengalami KEK (Kekurangan Energi Kronik) atau tidak				
11	Saya makan 3 kali dalam sehari				

Lampiran 7: Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Uji Validitas Soal Pengetahuan

Soal No	R Tabel	R Hitung	Kesimpulan	Keterangan
1	0,361	0,5668	Valid	Digunakan
2	0,361	0,16194	Tidak	Dibuang
3	0,361	0,39668	Valid	Digunakan
4	0,361	0,49628	Valid	Digunakan
5	0,361	0,54925	Valid	Digunakan
6	0,361	0,120758	Tidak	Dibuang
7	0,361	0,472966	Valid	Digunakan
8	0,361	0,037372	Tidak	Dibuang
9	0,361	0,546562	Valid	Digunakan
10	0,361	0,485668	Valid	Digunakan
11	0,361	0,336346	Tidak	Dibuang
12	0,361	0,546562	Valid	Digunakan
13	0,361	0,379216	Valid	Digunakan
14	0,361	0,539456	Valid	Digunakan
15	0,361	0,130483	Tidak	Dibuang
16	0,361	0,430015	Valid	Digunakan
17	0,361	0,484682	Valid	Digunakan
18	0,361	0,277276	Tidak	Dibuang
19	0,361	0,385238	Valid	Digunakan
20	0,361	0,454455	Valid	Digunakan
21	0,361	0,282174	Tidak	Dibuang
22	0,361	0,193087	Tidak	Dibuang
23	0,361	0,479528	Valid	Digunakan
24	0,361	-0,02456	Tidak	Dibuang
25	0,361	-0,25537	Tidak	Dibuang

Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.681	25

Sikap

Soal No	Nilai sig	Kesimpulan	Keterangan
1	.250	Tidak	Dibuang
2	.008	Valid	Digunakan
3	.062	Tidak	Dibuang
4	.036	Valid	Digunakan
5	.588	Tidak	Dibuang
6	.142	Tidak	Dibuang
7	.055	Tidak	Dibuang
8	.0737	Tidak	Dibuang
9	.000	Valid	Digunakan
10	.002	Valid	Digunakan
11	.046	Valid	Digunakan
12	.207	Tidak	Dibuang
13	.002	Valid	Digunakan
14	.001	Valid	Digunakan
15	.002	Valid	Digunakan
16	.013	Valid	Digunakan
17	.027	Valid	Digunakan
18	.009	Valid	Digunakan

Nilai sig <0,05 maka valid

Nilai sig >0,05 maka tidak valid

Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.645	18

Lampiran 8: Materi pada media

<p>Apa itu stunting?</p>	<p>Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO,2015), stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat dari kekurangan gizi kronis dan infeksi yang berulang serta ditandai dengan panjang badan atau tinggi badan berada di bawah standar atau pendek.tunt</p> <p>Menurut Kementerian Kesehatan stunting atau balita pendek merupakan status gizi yang diukur berdasarkan indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U). Berdasarkan standar antropometri, kategori seorang anak dikatakan stunting ketika perhitungan status gizi berada pada ambang batas (z-score) dengan nilai <-2 SD hingga -3 SD (pendek /stunted) dan <-3 SD (sangat pendek / severely stunted). Anak yang stunting memiliki tinggi badan yang kurang dibanding dengan anak seusianya.</p> <p>Stunting juga dapat dikatakan sebagai kondisi gagal tumbuh pada bayi (0-11 bulan) dan anak balita (12-59) bulan akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang dimulai sejak janin hingga anak berusia 2 tahun. Stunting pada anak menyebabkan perkembangan dan pertumbuhan anak tidak sesuai dengan umurnya serta menyebabkan kurangnya perkembangan berpikir (kognitif).</p>
<p>Kenali tanda-tanda stunting</p>	<p>Kenali Tanda-tanda stunting</p> <p>Balita adalah anak dengan usia dibawah lima tahun. Anak dibawah usia lima tahun atau balita yang mengalami stunting akan memperlihatkan tanda dan gejala. Tanda balita yang mengalami stunting yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pertumbuhan tulang yang lambat pada anak 2. Berat badan lebih rendah dibanding dengan anak seusianya 3. Tinggi badan lebih pendek dari anak seusianya 4. Anak mudah mengalami penyakit infeksi 5. Anak akan menjadi pendiam 6. Mengalami keterlambatan pubertas
<p>Penyebab stunting</p>	<p>Stunting disebabkan oleh berbagai faktor yang saling mempenharuhi. Bukan hanya faktor asupan gizi yang kurang pada ibu dan balita. Risiko stunting dapat disebabkan sejak masa konsepsi, yaitu dari ibu. Ibu dengan pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan dan gizi sejak hamil sampai melahirkan berperan besar menyebabkan stunting pada anak yang dilahirkannya. Berikut penyebab stunting terdiri dari beberapa faktor, diantaranya :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Faktor gizi buruk

	<p>Ibu hamil dan balita dengan gizi yang tidak mencukupi akan menjadi salah satu penyebab anak mengalami kekerdilan (stunting).</p> <p>2. Pola asuh yang kurang baik</p> <p>Pola asuh yang kurang baik dapat terjadi akibat pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi yang masih kurang. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum masa kehamilan serta setelah ibu melahirkan akan mempengaruhi pola asuh ibu kepada anak.</p> <p>3. Layanan kesehatan yang terbatas</p> <p>Layanan kesehatan yang terbatas saat ini seperti layanan kesehatan untuk ibu selama kehamilan. Selain itu belum tersedianya akses yang memadai ke layanan imunisasi serta terbatasnya akses layanan pembelajaran dini yang berkualitas.</p> <p>4. Kurangnya akses rumah tangga pada makanan bergizi</p> <p>Makanan bergizi di Indonesia yang cukup mahal menjadi salah satu penyebab dari terjadinya stunting. Makanan yang mahal sulit dijangkau bagi masyarakat Indonesia dengan kondisi ekonomi yang masih kurang.</p> <p>5. Akses air bersih dan sanitasi yang masih kurang</p>
Dampak Stunting	<p>Dampak stunting untuk jangka pendek yaitu:</p> <p>1. Keterlambatan perkembangan berpikir (kognitif), motorik, dan bahasa.</p> <p>Anak yang stunting cenderung memiliki masalah pada perkembangan berpikir. Kekurangan gizi menyebabkan kerja otak menjadi lebih terhambat. Asupan gizi yang cukup dibutuhkan terutama bagian otak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal</p> <p>2. Gangguan pertumbuhan</p> <p>Stunting menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibanding dari standar pertumbuhan seharusnya. Stunting akan menyebabkan terhambatnya pertumbuhan tubuh sehingga anak dengan stunting berpotensi memiliki postur tubuh yang tidak proporsional.</p> <p>3. Gangguan metabolisme</p> <p>Anak dengan stunting akan mengakibatkan metabolisme yang tidak sempurna.</p>

	<p>Sedangkan jangka panjang, seseorang yang mengalami stunting akan berpotensi mengalami</p> <p>1. Menurunnya kualitas hidup anak saat dewasa</p> <p>Stunting pada anak jika tidak segera diatasi akan mengakibatkan menurunnya kualitas hidup anak saat dewasa. Hal ini disebabkan karena menurunnya kesempatan mendapat pendidikan, peluang kerja, dan pendapatan yang lebih baik.</p> <p>2. Kemampuan belajar yang rendah</p> <p>Anak-anak dengan stunting mungkin memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan belajar dan perkembangan intelektual mereka</p> <p>3. Memiliki risiko serangan penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi dan obesitas</p> <p>Anak dengan stunting mengalami risiko cenderung obesitas di kemudian hari, sehingga meningkatkan risiko berbagai penyakit tidak menular, seperti diabetes, hipertensi, kanker, dan memiliki kekebalan tubuh yang lebih lemah</p>
Pencegahan stunting	<p>Bagaimana peran remaja dalam upaya pencegahan stunting ?</p> <p>Peran remaja dalam penanggulangan stunting merupakan hal penting karena remaja berada pada garis depan dalam inovasi agen perubahan. Untuk itu, remaja yang akan segera menjadi calon orang tua diharapkan dapat menjalankan perilaku hidup sehat, termasuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang</p> <p>Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah terjadinya peningkatan prevalensi stunting dapat dilakukan pada remaja. Pencegahan stunting dimulai sejak calon ibu memasuki usia remaja.</p> <p>Lalu, Apa yang harus kita lakukan dalam pencegahan stunting ?</p> <p>Sebagai remaja, pencegahan stunting dapat dimulai dari hal yang sederhana, yaitu :</p> <p>1. Mencegah anemia dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebanyak 1 tablet setiap minggunya.</p> <p>2. Melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit dalam sehari</p> <p>3. Menerapkan pola makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang.</p>

	<p>4. Menghindari pernikahan dini.</p> <p>Nah, dari penjelasan diatas, apa saja yang sudah dilakukan teman-teman sebagai upaya dalam pencegahan stunting? Apakah teman-teman termasuk remaja yang mencegah stunting?</p>
<p>Pentingnya Gizi Seimbang pada Remaja Untuk Cegah Stunting</p>	<p>Remaja adalah target sasaran yang penting dalam upaya pencegahan stunting. Melibatkan remaja dalam upaya pencegahan stunting merupakan langkah strategis untuk menciptakan generasi yang sehat, cerdas dan berkualitas. Remaja dapat berperan aktif dalam mencegah stunting dan memastikan pertumbuhan optimal bagi diri mereka sendiri dan generasi mendatang. Upaya pencegahan stunting pada remaja dapat dilakukan dengan peningkatan kualitas gizi pada remaja. Remaja merupakan fase dimana akan mengalami pertumbuhan fisik yang disertai perkembangan mental, kognitif, dan psikis. Tidak terpenuhinya gizi pada masa remaja akan menyebabkan gangguan dan hambatan dalam pertumbuhan.</p> <p>Berikut beberapa masalah asupan gizi pada remaja:</p> <p>1. Obesitas</p> <p>Kelebihan berat badan yang disebabkan oleh penumpukan lemak. Obesitas pada remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti asupan zat gizi makro yang berlebih, sering mengonsumsi <i>fast food</i>, aktivitas fisik yang kurang dan pola makan tidak seimbang. Aktivitas fisik adalah kunci utama keseimbangan energi yang menyumbang pengeluaran energi. Obesitas ditandai dengan pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan nilai >24,9.</p> <p>Klasifikasi IMT: Berat badan kurang (<i>underweight</i>)= <18,5 Berat badan normal= 18,5-22,9 Kelebihan berat badan= 23-24,9 Obesitas I= 25-29,9 Obesitas II= >30</p> <p>2. Anemia</p> <p>Anemia adalah keadaan dimana hemoglobin dalam tubuh kurang dari angka normal (<12 mg/dL). Keadaan anemia pada remaja putri beresiko menjadi wanita usia subur dengan anemia. Wanita usia subur (WUS) dengan anemia beresiko mengalami gangguan komplikasi kehamilan seperti gangguan pertumbuhan janin, fetal distress hingga beresiko menyebabkan gangguan persalinan seperti melahirkan bayi prematur, bayi dengan berat</p>

	<p>badan lahir rendah, meningkatkan risiko kematian maternal dan perinatal. Anemia juga menjadi salah satu penyebab terjadinya stunting pada anak. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk remaja putri.</p> <p>3. KEK (Kekurangan energi kronik)</p> <p>Kekurangan Energi Kronik (KEK) terjadi akibat kekurangan asupan energi dan protein dalam waktu yang lama. Remaja putri dengan KEK hamil, beresiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah. Remaja Putri yang mengalami KEK ditandai dengan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) < 23,5 cm.</p> <p>Asupan gizi yang optimal baik dalam jumlah porsi makan dan bahan makanan yang digunakan sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Untuk itu pola makan sehat pada remaja perlu ditingkatkan. Menerapkan pola makan sehat dapat dilakukan melalui penerapan 4 pilar gizi seimbang.</p> <p>Gizi seimbang adalah susunan asupan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Terdapat empat pilar dalam prinsip gizi seimbang, yaitu:</p> <p>1. Konsumsi makanan beraneka ragam</p> <p>Makanan yang beraneka ragam dapat memberikan zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Konsumsi berbagai jenis makanan dengan warna yang berbeda penting untuk memastikan asupan gizi yang cukup.</p> <p>2. Melakukan aktivitas fisik atau olahraga</p> <p>Melakukan aktivitas fisik merupakan upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang masuk dan yang dikeluarkan dari tubuh. Berolahraga dapat menjaga keseimbangan energi dan metabolisme zat gizi.</p> <p>3. Perilaku hidup bersih dan sehat</p> <p>Menjaga kebersihan merupakan bagian dari prinsip gizi seimbang sebagai upaya dalam mencegah penyakit infeksi dan menjaga kesehatan.</p> <p>4. Jaga berat badan</p>
--	--

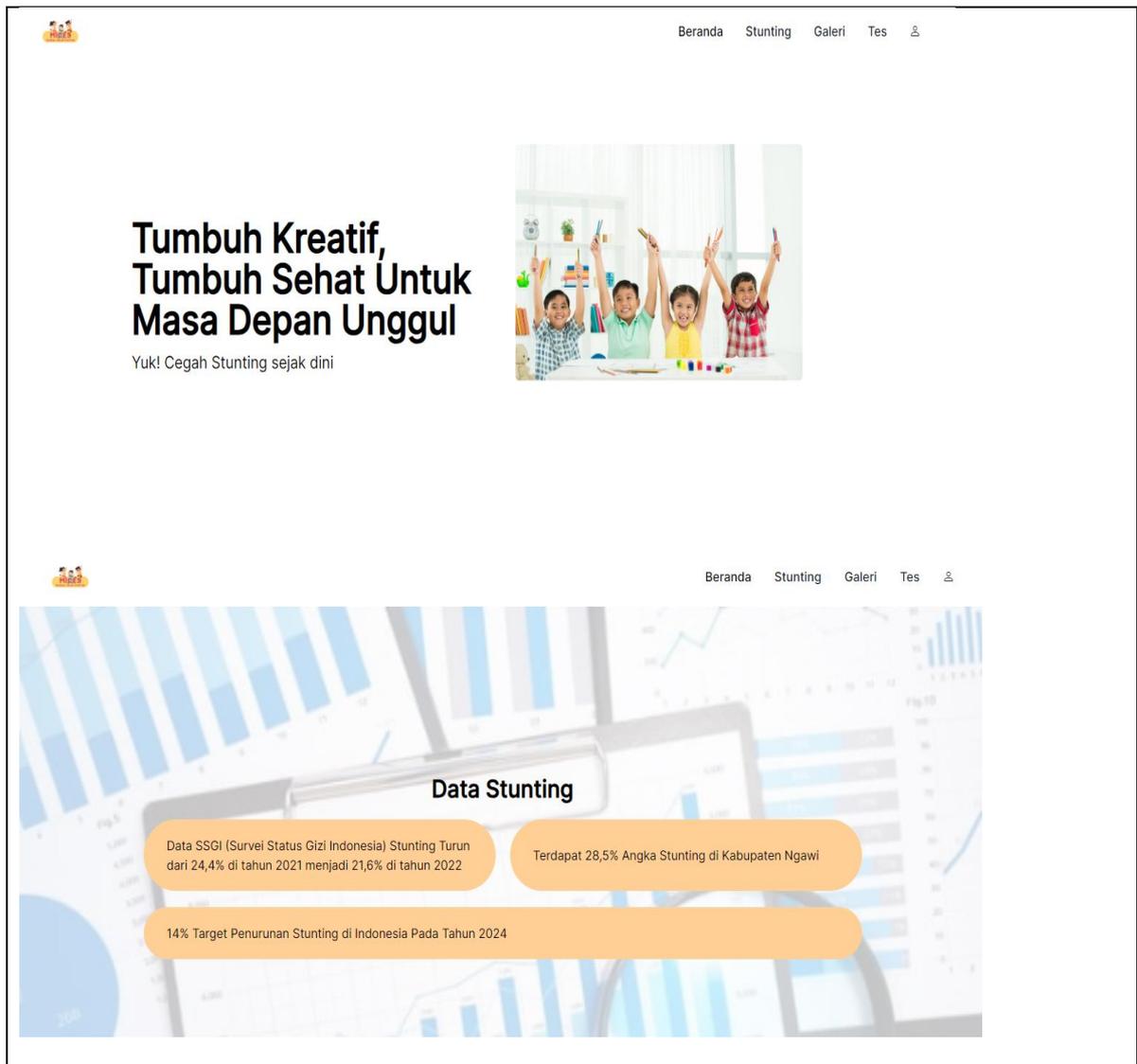
	Menjaga berat badan penting dilakukan untuk mencegah masalah gizi seperti obesitas dan kekurangan gizi. Pentingnya gizi seimbang untuk remaja dalam upaya pencegahan stunting
Isi Piringku	<p>ISI PIRINGKU</p> <p>Isi piringku adalah panduan konsumsi makanan sehari-hari yang diluncurkan pemerintah. Panduan “Isi Piringku” menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 % buah dan sayur, dan 50% lainnya terdiri dari karbohidrat (makanan pokok) dan protein (lauk pauk). Selain dari porsi makan, kampanye “Isi Piringku” juga menekankan untuk membatasi gula, garam, dan lemak dalam konsumsi sehari-hari. Remaja juga harus memperhatikan empat hal penting lainnya seperti cuci tangan sebelum makan, melakukan aktivitas fisik (olahraga) minimal 30 menit per hari, minum air putih yang cukup, serta memantau berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui kondisi tubuh. Penerapan pola makan sehat dengan isi piringku penting untuk mencukupi kebutuhan nutrisi harian dan mencegah terjadinya stunting.</p> <p>Berikut contoh sumber bahan makanan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Makanan Pokok: Makanan yang mengandung karbohidrat seperti beras, jagung, singkong, ubi, kentang, garut, talas, sagu, mie. 2. Lauk Hewani: Daging sapi, daging kambing, daging ayam, daging bebek, ikan, telur, susu 3. Lauk Nabati : Tahu, tempe, kacang hijau, kacang tanah, kacang merah, kacang tolo, dan lain-lain. 4. Sayuran: Buncis, bayam, brokoli, angkung, sawi, wortel, terong, kacang panjang, labu siam, dan lain-lain. 5. Buah-buahan: Apel, anggur, nanas, jeruk, mangga, semangka, buah naga, pisang, dan lain-lain.
Stunting dan Merokok, Apa Hubungannya?	<p>Stunting dan Merokok Apa Hubungannya?</p> <p>Stunting adalah permasalahan gizi yang mengancam kualitas hidup generasi penerus. Stunting menjadi program prioritas yang harus segera diatasi karena dampak stunting terhadap produktivitas sumber daya manusia kedepannya. Upaya penurunan angka stunting terus dilakukan di berbagai kalangan, tidak hanya pada ibu hamil dan balita, tetapi juga pada kelompok remaja.</p> <p>Berdasarkan penelitian pada tahun 2020 menunjukkan bahwa intervensi masalah lingkungan untuk memperbaiki kualitas air, sanitasi, dan higienitas saja tidak cukup untuk meningkatkan atau memperbaiki tumbuh kembang anak. Lalu masalah lingkungan apa yang lebih utama untuk dibenahi?</p>

<p>Diketahui bahwa ibu hamil yang terkena paparan polusi udara akan memiliki oksigen reaktif yang berbahaya di dalam tubuhnya yang akan mengganggu kerja dari sel-sel di dalam tubuh, termasuk dalam tubuh janin yang dikandung. Polusi udara juga dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada anak hingga 90%.</p> <p>Polusi udara di Indonesia bersumber dari penggunaan kayu bakar, asap dari kendaraan bermotor dan yang tidak kalah penting adalah polusi dari asap rokok. Diketahui bahwa asap rokok menimbulkan polusi udara 10 kali lebih besar dibandingkan polusi udara dari kendaraan bermotor. Sebanyak 40% balita di Indonesia terpapar oleh asap rokok, dan sebagian besar diantaranya terkena paparan dari perilaku ayah mereka. Durasi dari aktivitas merokok pada orangtua akan berpengaruh terhadap kejadian stunting. merokok tiga jam sehari akan meningkatkan kejadian stunting pada anak 10.316 kali.</p> <p>Perilaku merokok pada orangtua dapat mempengaruhi kejadian stunting melalui dua cara. Pertama, perilaku merokok memberikan efek langsung pada tumbuh kembang anak yang disebabkan oleh asap rokok. Asap rokok dapat mengganggu penyerapan gizi pada anak yang akan mengganggu tumbuh kembang anak. Selain itu, kandungan nikotin dalam rokok akan menurunkan 40% suplai oksigen pada anak dan akan mengganggu absorpsi zat gizi seperti kalsium yang penting untuk pertumbuhan. Anak yang terpapar asap rokok akan meningkatkan risiko terkena infeksi saluran pernapasan. Asap rokok juga dapat mengganggu fungsi bakteri baik sehingga anak rentan mengalami infeksi.</p> <p>Perilaku merokok kedua dilihat dari sisi biaya belanja rokok, hal ini membuat orangtua mengurangi biaya belanja makanan bergizi, biaya kesehatan, pendidikan, dan lainnya. biaya untuk bahan makanan yang bergizi dianggarkan lebih sedikit, sehingga lebih memilih bahan makanan yang murah dan tidak sehat. Konsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak bergizi tadi, akan berkontribusi terhadap kejadian stunting pada anak.</p> <p>Untuk itu, remaja sebagai kelompok yang potensial untuk dijadikan sebagai agen perubahan perilaku perlu mengalihkan keinginan merokok ataupun konsumsi alkohol dengan menyibukkan diri melalui kegiatan yang positif. Melakukan aktivitas yang positif dapat menghindarkan remaja dari mengkonsumsi rokok dan alkohol. Remaja yang melakukan aktivitas fisik sedikitnya 30 menit setiap hari secara signifikan akan menurunkan perilaku merokok.</p>
--

Lampiran 9: Desain Media

A. Desain Website

Web mices dapat diakses pada link berikut : mices-id.com





[Beranda](#)
[Stunting](#)
[Galeri](#)
[Tes](#)


Remaja berperan untuk mencegah stunting

Remaja sebagai calon orang tua diharapkan menjalankan perilaku hidup sehat dan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dalam upaya pencegahan stunting.



YUCC !!! Belajar bersama mices (milenial cegah stunting) untuk mempersiapkan generasi sehat dan kreatif untuk masa depan yang unggul



Halaman Beranda



[Beranda](#)
[Stunting](#)
[Galeri](#)
[Tes](#)




Apa itu Stunting?

Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat dari kekurangan gizi kronis dan infeksi yang berulang.

Apa itu Stunting?

Dela Meliandini
19 February 2024



Tanda Stunting

Perkembangan tertunda
Anak mudah sakit
Pendek

Menurunkan kemampuan kognitif
Anak menjadi pendiam
Berakutasi rendah

Yuk, Kenali Tanda-tanda Stunting

Dela Meliandini
20 February 2024



Penyebab Stunting

Penyebab Stunting

Dela Meliandini
20 February 2024



Dampak Stunting

Dampak Stunting

Dela Meliandini



Ayo !!! Cegah Stunting

Ayo Cegah Stunting

Dela Meliandini



Pentingnya gizi seimbang untuk remaja

Pentingnya Gizi Seimbang

Dela Meliandini

Halaman Artikel

[Beranda](#) [Stunting](#) [Galeri](#) [Tes](#)

Penyebab Stunting

Penyebab Stunting

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor yang saling memengaruhi. Bukan hanya faktor asupan gizi yang kurang pada ibu dan balita. Risiko stunting dapat disebabkan sejak masa konsepsi, yaitu dari ibu. Ibu dengan pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan dan gizi sejak hamil sampai melahirkan berperan besar menyebabkan stunting pada anak yang dilahirkannya. Berikut penyebab stunting terdiri dari beberapa faktor, diantaranya :

1. Faktor gizi buruk

Halaman Postingan Artikel

mices

Login

Your email

Password

Login

Belum daftar? [Daftar sekarang](#)

Halaman *login*

mices

Daftar

Nama

Email

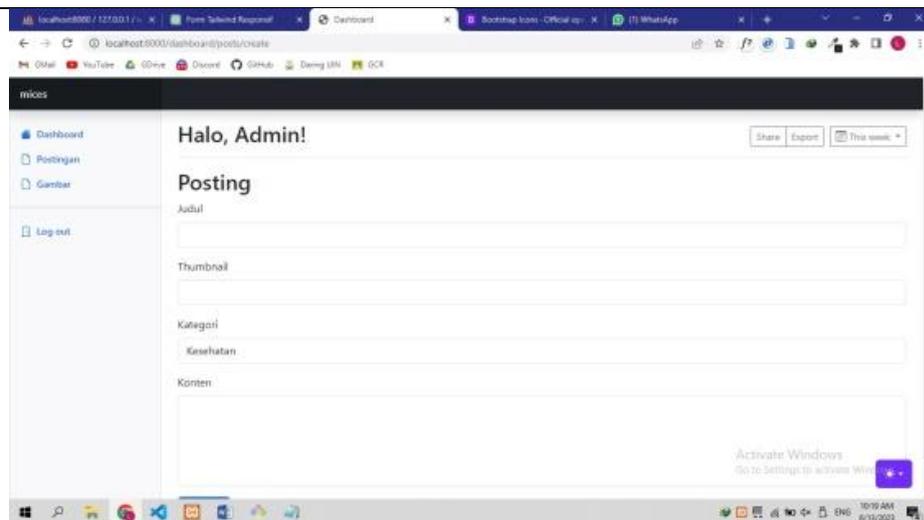
Password

Konfirmasi Password

Register

Sudah punya akun? [Login sekarang](#)

Halaman pendaftaran

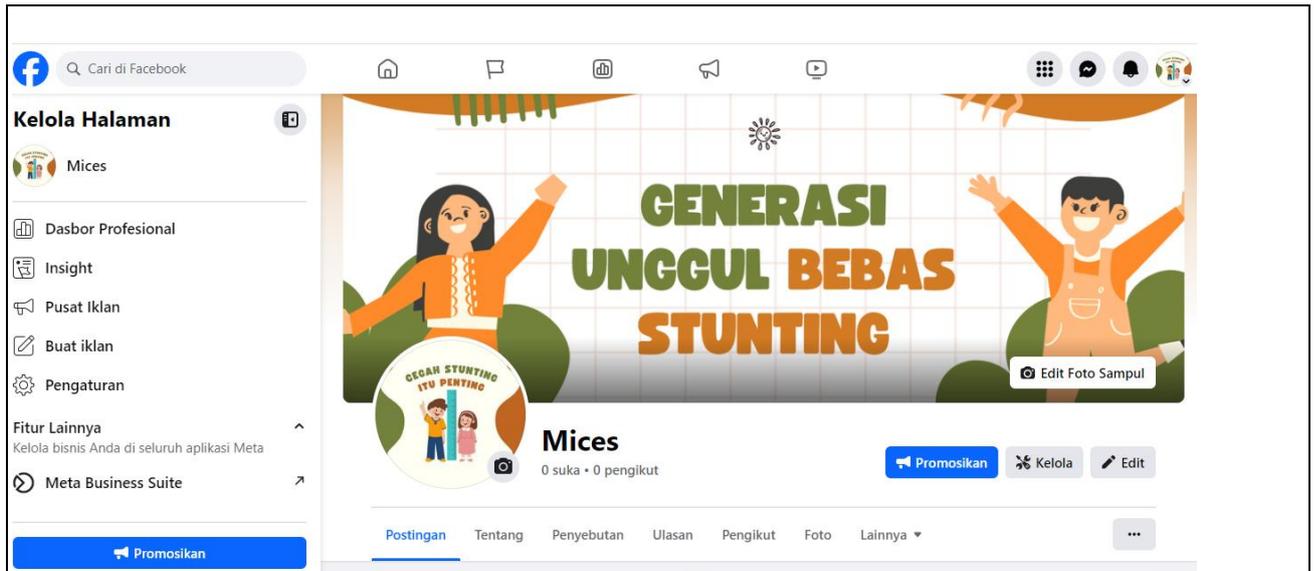


Halaman admin

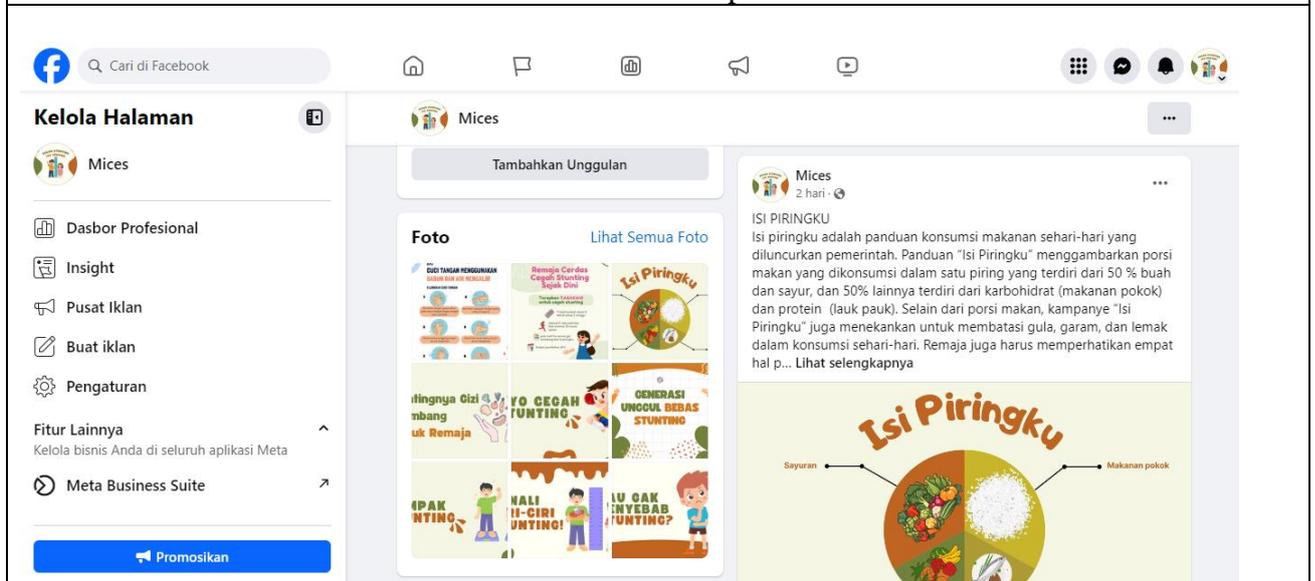
B. Desain facebook

Halamn facebook dapat diakses pada link berikut :

<https://www.facebook.com/profile.php?id=10009340241208>



Halaman Sampul



Halaman Postingan

Lampiran 10 : Hasil Analisis menggunakan SPSS

Uji Normalitas Pengetahuan

	Kelas Media	Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.
HasilBelajar	pre eksperimen	.889	38	.001
	post eksperimen	.884	38	.001
	pre kontrol	.929	38	.018
	post kontrol	.916	38	.008

Uji Mann-Whitney Pre Test

Test Statistics^a

	ujimanpre
Mann-Whitney U	543.500
Wilcoxon W	1284.500
Z	-1.890
Asymp. Sig. (2-tailed)	.059

a. Grouping Variable: KelasKelompok

Uji Mann Whitney Post Test

Test Statistics^a

	ujimanpos
Mann-Whitney U	428.500
Wilcoxon W	1169.500
Z	-3.136
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Grouping Variable: KelasKelompok

Uji Wilcoxon Eksperimen

Test Statistics^a

	PostTesEk - PreTesEks
Z	-3.527 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Uji Wilcoxon Kontrol

Test Statistics^a

	PosttestKont - PreTrsKont
Z	-2.218 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Uji Efektivitas terhadap Pengetahuan

Ranks

	KelasKelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SelisihKelompok	Selisih eksperimen	38	40.47	1538.00
	selisih kontrol	38	36.53	1388.00
	Total	76		

Test Statistics^a

	SelisihKelompo k
Mann-Whitney U	647.000
Wilcoxon W	1388.000
Z	-.793
Asymp. Sig. (2-tailed)	.427

- a. Grouping Variable: KelasKelompok

Uji Normalitas Sikap

	Kelas	Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.
HasilBelajar	pre eksperimen	.974	38	.526
	post eksperimen	.962	38	.221
	pre kontrol	.951	38	.096
	post kontrol	.976	38	.565

Uji Homogen

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.563	3	148	.201

Uji Paired Sampel T-Tes Eksperimen

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 pre tes eksperimen - pos tes eksperimen	-4.186	37	.000

Uji Paired Sample T tes Kontrol

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 Preteskontrol - postteskontrol	.467	37	.644

Uji Independent T Tes Pre Tes

		t-test for Equality of Means						
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
pretest	Equal variances assumed	-1.702	74	.093	-2.58474	1.51873	-5.61087	.44140
	Equal variances not assumed	-1.702	67.149	.093	-2.58474	1.51873	-5.61601	.44654

Uji Independen T-Tes Post test

		t-test for Equality of Means						
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
posttest	Equal variances assumed	1.332	74	.187	2.24632	1.68699	-1.11508	5.60771
	Equal variances not assumed	1.332	73.648	.187	2.24632	1.68699	-1.11534	5.60798

Uji Efektivitas Sikap

		t-test for Equality of Means						
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
HasilSelisiHSikap	Equal variances assumed	3.440	74	.001	4.94368	1.43716	2.08007	7.80729
	Equal variances not assumed	3.440	73.992	.001	4.94368	1.43716	2.08007	7.80730

Lampiran 11. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian



MAN 4 Ngawi



MAN 3 Ngawi

