

**EFEKTIVITAS PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP
MANAJEMEN *STUNTING* PADA ANAK REMAJA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh

Salmaa Fajria Diyanti

NIM 2009681

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

**EFEKTIVITAS PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP
MANAJEMEN *STUNTING* PADA ANAK REMAJA**

Oleh

Salmaa Fajria Diyanti

NIM 2009681

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Program Studi S1 Keperawatan

© Salmaa Fajria Diyanti

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

SALMAA FAJRIA DIYANTI

**EFEKTIVITAS PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP
MANAJEMEN *STUNTING* PADA ANAK REMAJA**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



**Septian Andriyani, S.Kp., M.Kep.
NIP 198009142015042001**

Pembimbing II



**Tirta Adikusuma Suparto, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIPT 920160119880105101**

Mengetahui

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



**Dr. Hj. Linda Amalia, S.Kp., M.K.M.
NIP 196803161992032004**

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP MANAJEMEN *STUNTING* PADA ANAK REMAJA

Salmaa Fajria Diyanti

NIM 2009681

Pendahuluan: Intervensi pencegahan *stunting* umumnya dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), namun intervensi tersebut belum membuahkan hasil yang optimal. Sehingga dilakukan perluasan intervensi sampai 8000 HPK, sehingga usia remaja menjadi sasaran utama dalam upaya pencegahan *stunting*. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi efektivitas pemberian permainan ular tangga terhadap manajemen *stunting* pada remaja. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif menggunakan rancangan kuasi eksperimental, penelitian ini dilakukan kepada siswa perempuan di SMPN 2 Dayeuhkolot sejumlah 70 siswi. Instrumen penelitian ini menggunakan permainan ular tangga tentang manajemen *stunting* yang dinilai berupa aspek pengetahuan dan sikap. Data dianalisis menggunakan uji *wilcoxon* untuk melihat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* dengan tingkat signifikan 5%, uji *mann whitney* untuk melihat perbedaan kelompok intervensi dan kontrol, serta uji *n-gain* untuk menguji keefektifan permainan ular tangga. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan bahwa, nilai rata-rata pengetahuan 63,14 dan sikap 74,54 sebelum diberikan intervensi, setelah intervensi nilai rata-rata pengetahuan menjadi 91,74 dan sikap 89,74 dengan (*p-value* sebesar 0,000) yang artinya terdapat perbedaan nilai sebelum dan sesudah diberikan intervensi, hasil uji *mann whitney* menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,000 yang artinya ada perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil uji *n-gain* menunjukkan bahwa permainan ular tangga dikatakan efektif dengan nilai 76,21%. **Simpulan:** berdasarkan hasil penelitian, permainan ular tangga ini dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang manajemen *stunting* pada remaja.

Kata Kunci : Permainan Ular Tangga, Manajemen *Stunting*, Remaja

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF THE SNAKES AND LADDERS GAME AGAINST STUNTING MANAGEMENT IN ADOLESCENTS

Salmaa Fajria Diyanti

NIM 2009681

Introduction: Stunting prevention interventions are generally carried out in the First 1000 Days of Life (HPK), but these interventions have not produced optimal results. So that the intervention is expanded to 8000 HPK, so that adolescents become the main target in stunting prevention efforts. **Purpose:** The purpose of this study was to identify the effectiveness of snake and ladder games on stunting management in adolescents. **Method:** The research design used was quantitative descriptive using a quasi-experimental design, this research was conducted on female students at SMPN 2 Dayeuhkolot totaling 70 students. This research instrument uses snakes and ladders about stunting management which is assessed in the form of aspects of knowledge and attitudes. Data were analyzed using the wilcoxon test to see differences in pretest and posttest scores with a significant level of 5%, the mann whitney test to see differences in intervention and control groups, and the n-gain test to test the effectiveness of snakes and ladders games. **Result:** The results of the study found that, the average value of knowledge was 63.14 and attitude 74.54 before the intervention, after the intervention the average value of knowledge became 91.74 and attitude 89.74 with (p-value of 0.000) which means there was a difference in value before and after the intervention, the results of the mann whitney test showed that the p-value was 0.000 which means there was a difference between the intervention group and the control group. The results of the n-gain test showed that the snake and ladder game was said to be effective with a value of 76.21%. **Discussion:** Based on the result, this snakes and ladders game can be used as one of the nursing interventions to increase children's knowledge and attitudes about stunting management in adolescents.

Keywords : *Adolescents, Snakes and Ladders Game, Stunting Management*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN	ii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	2
1.1 Latar Belakang	2
1.1 Rumusan Masalah	4
1.2 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep <i>Stunting</i>	7
2.1.1 Pengertian <i>Stunting</i>	7
2.1.2 Ciri-Ciri <i>Stunting</i>	7
2.1.3 Faktor Penyebab <i>Stunting</i>	8
2.1.4 Manajemen <i>Stunting</i>	8
2.2 Konsep Remaja	9
2.2.1 Definisi Remaja.....	9
2.2.2 Tahap Usia Remaja.....	9
2.2.3 Karakteristik Remaja.....	10
2.2.4 Permasalahan Gizi Pada Remaja.....	12
2.3 Konsep Kebutuhan Nutrisi Pada Remaja.....	12
2.3.1 Pola Makan Sehat.....	12
2.3.2 Makanan Sehat Isi Piringku	13
2.3.3 Konsumsi Air Putih	15
2.3.4 Olahraga Secara Rutin	16

2.4 Konsep Pengetahuan	16
2.4.1 Definisi Pengetahuan	16
2.4.2 Tingkat Pengetahuan	16
2.4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	17
2.4.5 Cara Pengukuran Pengetahuan.....	17
2.5 Konsep Sikap	18
2.5.1 Definisi Sikap.....	18
2.5.2 Komponen Sikap.....	18
2.5.3 Pembentukan Sikap.....	18
2.5.4 Tingkatan Sikap.....	20
2.5.5 Cara Pengukuran Sikap.....	20
2.6 Konsep Permainan Ular Tangga.....	21
2.6.1 Definisi Permainan Ular Tangga	21
2.6.2 Permainan Ular Tangga Sebagai Media Pembelajaran	21
2.6.3 Permainan Ular Tangga <i>Stunting</i>	21
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	22
2.8 Kerangka Teori.....	25
2.9 Hipotesis.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2 Populasi dan Sampel	28
3.2.1 Populasi.....	28
3.2.2 Sampel.....	28
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	28
3.3 Definisi Operasional.....	29
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Instrumen Penelitian.....	31
3.7 Prosedur Penelitian.....	32
3.8 Analisa Data.....	34
3.9 Teknik Pengolahan Data.....	35
3.10 Etika Penelitian	36
3.11 Lokasi dan Waktu Penelitian	37
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	38
4.1 Temuan.....	38

4.1.1 Karakteristik Responden Penelitian	38
4.1.2 Hasil Penelitian	40
4.2 Pembahasan Penelitian.....	44
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	xiii
LAMPIRAN	

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Cahyono, E., & Fahrurrozi. (2019). Pengetahuan ; Artikel *Review*. In *Jurnal Keperawatan*, Vol. 12, Issue 1. Diakses pada 10 Oktober 2023 dari <https://lppmdianhusada.ac.id/e-journal/index.php/jk/article/view/96/89>
- Ajmera, Rachael. (2020). *Is There a Best Time to Drink Water?*. Diakses pada 20 Oktober 2023 dari <https://www.healthline.com/nutrition/best-time-to-drink-water>
- Baroroh, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan *Stunting*, Vol 3 no 2 ; hal 61-62.
DOI: 10.37402/abdimaShip.vol3.iss2.194
- Berhanu, A., Garoma, S., Arero, G., & Mosisa, G. (2022). *Stunting and associated factors among school-age children (5–14 years) in Mulo district, Oromia region, Ethiopia*. DOI: 10.1177/20503121221127880
- Budiman & Riyanto. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan. Jakarta: Salemba Medika.
- Carolina, M., Puspita, A., & Indriana, S. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Orang Tua dalam Upaya Pencegahan *Stunting* di Desa Mantangai Hilir Puskesmas Mantangai. 2(2).
DOI: <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i2.1251>
- Creswell, John W & J. David Creswell. 2018. *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches Fifth Edition*. SAGE Publications, Inc.
- Chusniah Rachmawati, W. (2019). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Direktorat Jenderal Bina Pembangunan Daerah. (2024). Portal Monitoring Pelaksanaan 8 Aksi Konvergensi Intervensi Penurunan *Stunting* Terintegrasi. Diakses pada 20 Februari 2024 dari <https://aksi.bangda.kemendagri.go.id/emonev/DashPrev>
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2) ; hal 65–69. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2024 dari https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/567/297

- Fakhrurrazi. (2019). Karakteristik Anak Usia Murahiqah. *Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(1) ; hal 573–580. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2023 dari <https://journal.iainlangsa.ac.id/index.php/ikhtibar/article/view/1060>
- Fatima, S., Manzoor, I., Joya, A. M., Arif, S., & Qayyum, S. (2020). *Stunting and associated factors in children of less than five years: A hospital-based study. Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(3).
DOI: 10.12669/pjms.36.3.1370
- Fitriani, I., Abdurahman, F., Abdullah, A., Maidar, M., & Ichwansyah, F. (2022). Determinan *stunting* pada bayi usia 0 – 24 bulan di Kabupaten Pidie: Studi kasus-kontrol. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 187.
DOI : 10.30867/action.v7i2.502
- Gagebo, D. D., Kerbo, A. A., & Thangavel, T. (2020). *Undernutrition and Associated Factors among Adolescent Girls in Damot Sore District, Southern Ethiopia. Journal of Nutrition and Metabolism*.
DOI: 10.1155/2020/5083140
- Getahun, G. K., Assfaw, A., Muhammad, E. A., & Shitemaw, T. (2023). *Prevalence and correlates of stunting and thinness among adolescent students in Lideta subcity, Addis Ababa, Ethiopia: A cross-sectional study. BMJ Open*, 13(5).
DOI: 10.1136/bmjopen-2022-065347
- Graham, R., & Kahn, N. F. (2020). *Promoting positive adolescent health behaviors and outcomes : thriving in the 21st century*. DOI: 10.17226/25552
- Hake, R. (2002). *Lessons from The Physics Education Reform Effort. Conservation Ecology*. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2023 dari <http://www.consecol.org/vol5/iss2/art28/>
- Hartono, D. (2013). Psikologi Modul 2 “Fenomena Psikologi”. Jakarta: Badan PPSDM Kesehatan, Kemenkes RI.
- Hayashi, C., & Mehra, V. (2023). *Undernourished and Overlooked: UNICEF Report Sheds Light On Global Nutrition Crisis Faced by Adolescent Girls and Women*. Diakses pada tanggal 05 Oktober 2023 dari <https://www.unicef.org/reports/undernourished-overlooked-nutrition-crisis>
- Ibam, E., Adekunle, T., & Agbonifo, O. (2018). A Moral Education Learning System based on the Snakes and Ladders Game. *EAI Endorsed Transactions on E-Learning*, 5(17). DOI:10.4108/eai.25-9-2018.155641
- Keats, E. C., Rappaport, A. I., Shah, S., Oh, C., Jain, R., & Bhutta, Z. A. (2018). *The dietary intake and practices of adolescent girls in low-and middle-income countries: A systematic review. In Nutrients* (Vol. 10, Issue 12).
DOI: 10.3390/nu10121978

- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2023 dari <https://peraturan.bpk.go.id/Details/119080/permenkes-no-41-tahun-2014>
- Kusumawardani, S., & Larasati, A. (2020). Analisis Konsumsi Air Putih Terhadap Konsentrasi Siswa. DOI: <https://doi.org/10.24853/holistika.4.2.91-95>
- Li, Z., Kim, R., Vollmer, S., & Subramanian, S. V. (2020). *Factors Associated with Child Stunting, Wasting, and Underweight in 35 Low- And Middle-Income Countries*. *JAMA Network Open*, 3(4).
DOI: [10.1001/jamanetworkopen.2020.3386](https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3386)
- Liu, Z. Y., Shaikh, Z. A., & Gazizova, F. (2020). *Using the concept of game-based learning in education*. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 15(14) ; hal 53–64. Diakses pada tanggal 16 Oktober 2023 dari https://www.researchgate.net/publication/343348919_Using_the_Concept_of_Game-Based_Learning_in_Education
- Martony, O. (2019). *The Role of the Game of Balanced Nutrition Ladder Snake in Influencing Changes in Knowledge and Attitudes of Children in Muhammadiyah Tanjung Morawa Elementary School*.
DOI: <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v1i4.149>
- Meltzer, & David, E. (2002). *The Relationship Between Mathematics Preparation and Conceptual Learning Gains in Physics: A possible Hidden Variable in Diagnostic Pretest Scores*. *Am. J. Phys.*, hal 1259-1268.
DOI: [10.1119/1.1514215](https://doi.org/10.1119/1.1514215)
- Menber, Y., Tsegaye, D., Woday, A., Cherie, H., & Kebede, S. (2018). *Prevalence of Stunting and Associated Factors among School Age Children in Primary Schools of Haik Town, South Wollo Zone, North- Eastern Ethiopia*, 2017. *Journal of Clinical & Cellular Immunology*, 09(01).
DOI: [10.4172/2155-9899.1000539](https://doi.org/10.4172/2155-9899.1000539)
- Nabila, S. F. (2022). Perkembangan Remaja. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2023 dari https://www.researchgate.net/publication/359369967_PERKEMBANGAN_REM_AJA_Adolescense
- Nafiati, D. A. (2021). Revisi taksonomi Bloom: Kognitif, afektif, dan psikomotorik. *Humanika*, 21(2) ; hal 151–172.
DOI: [10.21831/hum.v21i2.29252](https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.29252)
- Nirmalasari, N. O. (2020). *Stunting Pada Anak: Penyebab Dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia*. *Qawwam*, 14(1), 19–28.

DOI: 10.20414/Qawwam.v14i1.2372

P2PTM Kemenkes RI. (2019). Anjuran Durasi Waktu Olahraga. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2023 dari <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/anjuran-menkes-nilas soal-durasi-waktu-olahraga>

Prabandari, Y. (2022). Buku Saku Isi Piringku. Yogyakarta : *Health Promoting University* Universitas Gadjah Mada

Pratiwi, L., & Nawangsari, H. (2022). Penyuluhan Dengan Topik Gaya Hidup Sehat Remaja. *Jurnal Abdi Medika*, 2(2).

DOI:10.35874/jam.v2i2.1122

Rachmi, C. (2019). Hidup Sehat Sejak Sekarang Untuk Remaja Kekinian. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Rachmawati, W. (2019). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Malang: Wineka Media.

Ratih, I., & Shaluhiah, Z. (2022). Analisis Karakteristik Remaja Terhadap Perilaku-Perilaku Berisiko Kesehatan.

DOI <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i2.44420>

Ratnaningtyas, A. (2020). Modul Psikologi Remaja. Diakses pada tanggal 09 Oktober 2023 dari

<https://lms--paralel-esaunggul-ac-id.webpkgcache.com/doc/-/s/lms paralel.esaunggul.ac.id/mod/resource/view.php?id=255878>

Renyoet, B. S., Dary, D., & Nugroho, C. V. R. (2023). Literatur Review: Intervensi pada Remaja Perempuan 8000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Generasi di Masa Depan. *Amerta Nutrition*, 7(2) ; hal 295–306.

DOI: 10.20473/amnt.v7i2.2023.289- 300

Sa'diyah, R., Lestari, S., Rahmasari, D., Marhayati, N., Kusmawati, A., & Nisa, K. P. (2018). Buku Peran Psikologi untuk Masyarakat. Tangerang: UM Jakarta Press

Shapu, R. C., Ismail, S., Lim, P. Y., Ahmad, N., Garba, H., Njodi, I. A. (2022). *Effectiveness of Triple Benefit Health Education Intervention on Knowledge, Attitude and Food Security towards Malnutrition among Adolescent Girls in Borno State, Nigeria.*

DOI: 10.3390/foods11010130

Shapu, R. C., Ismail, S., Lim, P. Y., Ahmad, N., Garba, H., Njodi, I. A. (2022). *Systematic Review: Effect of Health Education Intervention on Improving Knowledge, Attitudes and Practices of Adolescents on Malnutrition.*

DOI: <https://doi.org/10.3390/nu12082426>

Siagian, Ernawaty. (2023). *Balanced Nutrition Education on Knowledge and Attitudes of Adolescents in The Time of Covid-19*. (Vol 13, Issue 02).

DOI: <https://doi.org/10.33221/jiiki.v13i02.2457>

Sijarweni. (2020). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustakabarupress.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Syaikhu, A. A., Pranyata, Y. I. P., & Fayeldi, T. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika Electronic Snake and Ladder Pada Game-Based Learning. *Journal Focus Action of Research Mathematic (Factor M)*, 5(1); hal 14–30. DOI: https://doi.org/10.30762/f_m.v5i1.629

UNICEF. (2021). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*. Diakses pada tanggal 07 Oktober 2023 dari

<https://www.unicef.org/indonesia/media/9241/file/Strategi&hx2009>

UNICEF Indonesia. (2019). *Program Gizi Remaja Aksi Bergizi dari Kabupaten Percontohan menuju Perluasan Program*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Winarno, M. E. (2018). *Buku Metodologi Penelitian*. Malang: Penerbit & Lembaga Penelitian Universitas Negeri Malang.

Zahtamal, Z., & Munir, S. M. (2019). Edukasi Kesehatan Tentang Pola Makan dan Latihan Fisik untuk Pengelolaan Remaja Underweight. *Jurnal PKM Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01); hal 64.

DOI: <http://dx.doi.org/10.30998/jurnalpkm.v2i01.2939>