

**PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP
SISWI SD DALAM PEMAHAMAN KONSEP GIZI SEIMBANG
MENGUNAKAN PAMA (*PUZZLE & CERAMAH*)**

SKRIPSI



**Oleh:
Erik Maulana Wardan Farid
NIM. 22102127**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "*Perbedaan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pada Siswi SD Dalam Pemahaman Konsep Gizi Seimbang Menggunakan Metode PAMA (Puzzle dan Ceramah)*" telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Erik Maulana Wardan Farid

NIM : 22102127

Hari, Tanggal : 6 Mei 2026

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Tim Penguji
Ketua Penguji

Kustin. S.KM., M.M., M.Kes
NIDN. 0710118403

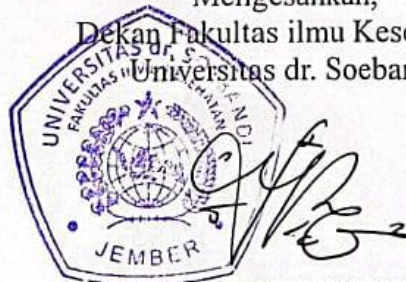
Penguji II

M. Elyas Arif Budiman. S.Kep., M.Kep
NIDN. 0710029203

Penguji III

Dr. Yugi Hari Chandra Purnama. S.Kep., Ns., M.Si.
NIDN. 07080779002

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



Al Nur Zannah S.ST., M.Keb.
NIDN. 0719128902

Abstrak

Pendahuluan: Rendahnya pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang berpengaruh pada pola makan sehat yang berdampak pada status gizi yang mengakibatkan masalah gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum memahami konsep gizi seimbang dengan baik, sehingga diperlukan metode edukasi yang efektif dan menarik seperti kombinasi puzzle dan ceramah (PAMA). **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan two-group pre-post-test design pada 60 siswi kelas V SD Al-Furqan Jember dengan teknik total sampling. Responden dibagi menjadi kelompok kontrol (ceramah) dan kelompok eksperimen (puzzle dan ceramah). Intervensi dilakukan selama empat minggu, dengan pengukuran menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. **Hasil:** Terdapat peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok setelah intervensi ($p < 0,001$). Pada kelompok kontrol, pengetahuan meningkat dari kategori rendah menjadi sebagian besar kategori sedang, sedangkan pada kelompok eksperimen meningkat hingga kategori sedang dan tinggi. Sikap pada kelompok kontrol meningkat dominan menjadi kategori sedang, sedangkan pada kelompok eksperimen mayoritas mencapai kategori tinggi. Nilai rerata pengetahuan dan sikap pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. **Kesimpulan:** Metode PAMA (puzzle dan ceramah) lebih efektif dibandingkan metode ceramah saja dalam meningkatkan tingkat pengetahuan dan sikap siswi terhadap konsep gizi seimbang, sehingga direkomendasikan sebagai media edukasi kesehatan pada anak sekolah.

Kata kunci: *puzzle*, pengetahuan, sikap