

**PERBEDAAN EFEK METODE EDUKASI *TIKTOK* DAN *WHATSAPP* TERHADAP  
SKOR PENGETAHUAN GIZI DALAM UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING*  
PADA MAHASISWI TINGKAT 1 JURUSAN GIZI POLTEKKES  
KEMENKES MAKASSAR**

*Differences In The Effects Of Tiktok And Whatsapp Education Methods On Nutrition  
Knowledge Scores In Preventing Stunting Among First-Year Nutrition Students At Poltekkes  
Kemenkes Makassar.*

**Mawarni Utami<sup>1</sup>, Agustian Ipa<sup>2</sup>, Sirajuddin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Alumni Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Makassar

<sup>2</sup>Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

[mawarniutami@poltekkes-mks.ac.id](mailto:mawarniutami@poltekkes-mks.ac.id)

HP : 085346567732

**ABSTRACT**

Nutrition education or nutritional education for adolescents is a specific action to improve nutritional status with the aim of enhancing nutrition condition and breaking the cycle of ongoing nutrition problems. The purpose of this study is to determine the difference in nutritional knowledge scores before and after providing *TikTok* and *WhatsApp* education, and to analyze the difference in the effect of *TikTok* and *WhatsApp* education methods. This study design is a quasi-experimental Pre-Test Post-Test Control Group design at the Nutrition Department of Poltekkes Kemenkes Makassar. The population is first-year female students at the Nutrition Department of Poltekkes Kemenkes Makassar, with a sample size of 44 people. Nutritional knowledge was collected by filling out an online knowledge questionnaire. Statistical tests were conducted using the Wilcoxon Test and Mann Whitney Test. The results of the study showed that the level of knowledge before education was mostly sufficient in both the *TikTok* group (86.4%) and *WhatsApp* group (86.4%). The level of knowledge after education was mostly good in both the *TikTok* group (90.9%) and *WhatsApp* group (95.5%). Statistical analysis showed a difference in nutritional knowledge scores before and after education through *TikTok* ( $p = 0.000$ ) and a difference in the effect of nutritional knowledge methods before and after education through *WhatsApp* ( $p = 0.000$ ). There was also a difference in the effect of *TikTok* and *WhatsApp* education methods on nutritional knowledge scores ( $p = 0.043$ ). In conclusion, there is a difference in nutritional knowledge scores before and after providing education through *TikTok* and *WhatsApp*. There is a difference in the effect of *TikTok* and *WhatsApp* education methods on nutritional knowledge scores. Further research is expected to develop this study using *TikTok* and *WhatsApp* social media.

**Keywords:** Nutritional knowledge, *TikTok*, *WhatsApp*

**ABSTRAK**

Pendidikan gizi atau edukasi gizi pada remaja adalah suatu tindakan khusus untuk memperbaiki status gizi dengan tujuan meningkatkan kondisi gizi dan memutuskan siklus permasalahan gizi yang berkelanjutan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian edukasi *TikTok* dan *WhatsApp*, menganalisis perbedaan efek metode edukasi *TikTok* dan *WhatsApp*. Jenis penelitian ini merupakan desain studi ini adalah *quasy experiment* dengan rancangan *Pre Test Post Test Control Group* di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar. Populasi mahasiswi tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar. Besar sampel sebanyak 44 orang. Pengetahuan gizi

dikumpulkan dengan cara mengisi kuesioner online pengetahuan. Uji Statistik dengan *Uji Wilcoxon* dan *Uji Mann Withney*. Hasil penelitian diketahui tingkat pengetahuan sebelum edukasi umumnya cukup pada kelompok *TikTok* (86,4%) dan *WhatsApp* (86,4%). Tingkat pengetahuan sesudah umumnya baik pada kelompok *TikTok* (90,9%) dan *WhatsApp* (95,5%). Analisis statistik diketahui ada perbedaan skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui *TikTok* ( $p= 0,000$ ). Analisis statistik diketahui ada perbedaan efek metode pengetahuan gizi ada sebelum dan sesudah edukasi melalui *WhatsApp* ( $p= 0,000$ ). Analisis statistik diketahui ada perbedaan efek metode edukasi *TikTok* dan *WhatsApp* terhadap skor pengetahuan gizi ( $p=0,043$ ). Kesimpulan, ada perbedaan skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui *TikTok* dan *WhatsApp*. Ada perbedaan efek metode edukasi *TikTok* dan *WhatsApp* terhadap skor pengetahuan gizi. Saran penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini tetap dengan menggunakan media sosial *TikTok* dan *WhatsApp*.

**Kata Kunci** : Pengetahuan gizi, *TikTok*, *WhatsApp*

## PENDAHULUAN

Gizi memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan masyarakat, karena gizi yang baik diperlukan oleh individu untuk mencapai potensi terbaiknya. Di Indonesia terdapat tiga beban masalah gizi (*Triple Burden*), yaitu stunting dan wasting sebagai masalah kekurangan gizi, overweight dan obesitas sebagai masalah kelebihan gizi dan masalah defisiensi zat gizi mikro juga menjadi ancaman salah satunya adalah anemia. Beban *triple burden of malnutrition* menjadi ancaman serius bagi bangsa Indonesia, terutama di tengah pandemi *Covid-19* yang menghambat banyak aktivitas. Kondisi ini semakin memperburuk keadaan, mengingat penduduk usia produktif yaitu remaja seharusnya memberikan kontribusi pada pembangunan (Nilasari, 2022).

Masalah gizi disebabkan oleh banyak faktor yang terkait, baik secara langsung maupun tidak langsung. Faktor

langsung termasuk kurangnya asupan gizi dan infeksi, sementara faktor tidak langsung meliputi kualitas pelayanan kesehatan, sanitasi lingkungan yang buruk, dan ketahanan pangan di rumah tangga. Rendahnya pendidikan, pengetahuan, keterampilan, dan pendapatan masyarakat menjadi masalah utama dalam masyarakat. Masalah gizi terjadi pada semua tahap kehidupan dan dapat mempengaruhi kualitas hidup, terutama pada remaja (Azwar. A, 2004)

Remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik seperti pertumbuhan tubuh dan timbulnya menstruasi. Mahasiswa tingkat 1 dari Jurusan Gizi di Poltekkes Kemenkes Makassar adalah contoh remaja putri yang sedang mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang berlangsung dengan cepat. Selama masa ini, mereka berisiko mengalami berbagai masalah gizi

remaja seperti obesitas, anemia akibat kekurangan zat gizi mikro, dan kekurangan energi kronis (Rachmayani, Andina *et al* 2018).

Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar tingkat nasional pada tahun 2018, ditemukan bahwa sebanyak 31,8% wanita usia subur mengalami kekurangan energi kronis di seluruh Indonesia. Proporsi tersebut terdiri dari 14,5% wanita usia subur yang tidak hamil dan 17,3% wanita hamil. Di Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun yang sama, ditemukan bahwa prevalensi kekurangan energi kronis pada wanita usia subur yang tidak hamil masih di atas rata-rata nasional dengan persentase sebesar 17,7%. Sedangkan di Kota Makassar pada tahun 2018, prevalensi kekurangan energi kronis pada wanita usia subur adalah 13,02% untuk wanita yang tidak hamil (Tim Riskesdas, 2018).

Penting bagi remaja putri untuk memperhatikan kesehatan gizi mereka karena pada masa ini tubuh sedang dalam proses pertumbuhan yang cepat dan memerlukan asupan gizi yang mencukupi. Kekurangan gizi pada masa remaja dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti menurunnya daya tahan tubuh, masalah pertumbuhan, dan anemia. Selain itu, remaja putri juga perlu memperhatikan asupan gizi mereka karena mereka merupakan calon ibu dan memerlukan asupan gizi yang seimbang dan cukup

untuk mendukung kesehatan reproduksi dan kehamilan di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri untuk memastikan bahwa asupan gizi mereka mencukupi dan seimbang agar terhindar dari kekurangan gizi dan mendukung kesehatan mereka secara keseluruhan (Dewi and Martini, 2021).

Remaja yang mengalami kekurangan gizi atau gizi buruk dapat mengalami Kurang Energi Kronik (KEK) jika kondisi tersebut berlangsung lama. KEK terjadi ketika seseorang mengalami kurang asupan gizi energi dan protein dalam jangka waktu yang lama. Jika KEK pada remaja putri tidak ditangani dengan cepat, maka akan berdampak besar dan berkelanjutan pada kesehatan mereka ketika hamil di masa depan (Mutmainnah *et al*, 2021).

*Stunting*, atau kerdil, terjadi pada balita ketika mereka memiliki panjang atau tinggi badan yang lebih pendek dari yang seharusnya sesuai dengan usia mereka. Kondisi stunting pada balita terjadi ketika tinggi badan balita lebih dari 2 standar deviasi di bawah median standar pertumbuhan anak. Stunting dapat terjadi karena kurangnya asupan gizi kronis pada periode emas pertumbuhan, yang mengakibatkan gagal tumbuh dan anak menjadi pendek. (WHO, 2018).

Data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2021 menunjukkan

bahwa prevalensi stunting di tingkat nasional adalah sebesar 24,4%. Namun, di Sulawesi Selatan, prevalensi stunting pada tahun yang sama mencapai 27,4%, yang menandakan bahwa angka kejadian stunting masih lebih tinggi dari rata-rata nasional. Sementara itu, Kota Makassar pada tahun 2021 memiliki prevalensi stunting sebesar 18,8% (Kemenkes RI, 2021).

Sebagai seorang calon ibu di masa depan, seorang Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi di Poltekkes Kemenkes Makassar harus memiliki pengetahuan yang memadai mengenai gizi agar dapat memperhatikan status gizinya dan mencegah kekurangan gizi yang dapat membahayakan kesehatannya serta mengancam 1000 HPK. Kekurangan pengetahuan mengenai gizi dapat mengakibatkan kurangnya kemampuan dalam menerapkan konsep gizi seimbang pada kehidupan sehari-hari, sehingga perlu dilakukan edukasi gizi atau pendidikan gizi pada remaja sebagai intervensi khusus untuk meningkatkan status gizi dan mencegah masalah gizi. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk memutus rantai masalah gizi yang dapat mengganggu integritas kesehatan masyarakat. (Kemenkes RI, 2020).

Media dalam proses edukasi sangat penting karena mempengaruhi, memudahkan dan sebagai daya tarik saat

digunakan. Di zaman modern ini, teknologi berkembang dengan pesat, dan internet menjadi salah satu media yang efektif untuk digunakan dalam edukasi. Keuntungan menggunakan internet sebagai media edukasi adalah kemampuannya untuk diakses oleh siapa saja, kapan saja, dan dari mana saja tanpa terkecuali.

Berdasarkan hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet di Indonesia, tercatat bahwa dari total populasi penduduk Indonesia sebanyak 272.682.600 jiwa, sebanyak 210.026.769 jiwa merupakan pengguna internet. Terjadi peningkatan persentase pengguna internet di Indonesia dari tahun 2018 hingga kuartal I 2022. Pada periode 2019-2020, persentase pengguna internet sebesar 73,70%, yang meningkat sebesar 3,32% menjadi 77,02% pada periode 2021-2022 (APJI, 2022).

Teknologi berkembang pesat di era saat ini, dan internet menyediakan berbagai jenis media sosial seperti TikTok dan WhatsApp. TikTok adalah aplikasi yang memungkinkan pengguna untuk membuat video pendek dengan efek unik dan menarik, serta berbagai musik pendukung yang tersedia. Aplikasi ini mendorong pengguna untuk mengekspresikan kreativitas mereka dalam pembuatan konten video (Kurniawan, 2021).

TikTok adalah salah satu aplikasi terbaik dalam kategori pemutar dan editor video, dengan rating bintang 4,5 dari total 5

bintang yang tersedia. Aplikasi ini memiliki sekitar 35,28 juta pengguna baik di Android maupun iOS di seluruh dunia. Pada tahun 2020, TikTok juga dikenal sebagai salah satu aplikasi paling populer di seluruh dunia (Playstore, 2021).

Menurut informasi dari We Are Social pada Februari 2022, TikTok menempati posisi keempat sebagai platform hiburan online yang paling populer setelah WhatsApp, Instagram, dan Facebook. Di Indonesia, sebanyak 63,1% dari total populasi adalah pengguna TikTok, yang mengalami peningkatan signifikan dari 38,7% pada tahun sebelumnya. Dari pengguna TikTok di Indonesia, 66,0% adalah perempuan. Sementara itu, persentase pengguna Instagram di Indonesia yang berjenis kelamin laki-laki adalah sebesar 34,0% (We Are Social & Hootsuite, 2022).

We Are Social melaporkan bahwa mayoritas pengguna TikTok di Indonesia adalah kalangan remaja dan mahasiswa dengan rentang usia 18 hingga 34 tahun. TikTok menyediakan platform yang tepat bagi pengguna untuk menyalurkan ide, karya, inspirasi, dan pendapat mereka, serta berkreasi dalam berbagai macam bentuk konten. Dalam pra-penelitian melalui wawancara dengan beberapa pengguna TikTok, peneliti menemukan bahwa penggunaan media sosial ini sebagai sarana hiburan dan mengisi waktu luang, serta

sebagai sarana narsisme untuk mendapatkan popularitas di lingkungan pergaulan mereka dan bahkan di masyarakat luas. Karena jangkauan media sosial yang sangat luas, penggunaan TikTok dapat membentuk pemahaman yang berbeda bagi setiap penggunanya, karena adanya berbagai macam aktivitas dan konten yang beragam di platform ini (Jefrino Richardus Susar, 2022).

Aplikasi WhatsApp adalah sebuah aplikasi pesan instan untuk smartphone yang memungkinkan pengguna untuk bertukar pesan dengan mudah tanpa harus membayar biaya SMS. Aplikasi ini dapat digunakan pada berbagai platform, sehingga memungkinkan pengguna untuk bertukar pesan dengan orang-orang di seluruh dunia tanpa biaya tambahan. Untuk berkomunikasi, WhatsApp menggunakan koneksi internet, baik melalui jaringan 3G/4G maupun WiFi. Dalam hal ini, WhatsApp dapat dianggap sebagai bagian dari media sosial karena memudahkan pengguna untuk berbagi informasi dengan mudah dan cepat (Putri, 2022). Sebanyak 83% dari populasi pengguna internet di Indonesia, atau sekitar 124 juta orang, aktif menggunakan WhatsApp sebagai media sosial (Hadya Jayani, 2019).

We Are Social melaporkan bahwa pada Februari 2022, WhatsApp adalah media sosial yang paling populer di Indonesia dengan persentase pengguna

mencapai 88,7%. Menurut Statistika, Indonesia menempati peringkat ketiga dalam jumlah pengguna WhatsApp terbanyak di dunia, dengan 84,8 juta pengguna pada Juni 2021 (Dihni, 2021).

Peneliti tertarik untuk menguji apakah tingkat pengetahuan Mahasiswi tingkat 1 Jurusan Gizi di Poltekkes Kemenkes Makassar terhadap pencegahan stunting berpengaruh pada angka stunting di masa depan. Mereka bermaksud menggunakan media sosial TikTok dan WhatsApp sebagai sarana edukasi gizi untuk membantu mencegah stunting pada remaja putri sebagai calon ibu. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efektivitas metode edukasi TikTok dan WhatsApp dalam meningkatkan pengetahuan gizi Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar dalam upaya pencegahan stunting.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain, Tempat , dan Waktu**

Penelitian ini menggunakan *metode quasy experiment* dengan desain Pre Test Post Test Control Group. Fokus penelitian adalah memberikan edukasi gizi kepada peserta penelitian. Kelompok perlakuan dibagi menjadi dua, yaitu kelompok yang menerima edukasi melalui media TikTok dan kelompok yang menerima edukasi melalui media WhatsApp. Penelitian

dilakukan di kampus Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar pada periode Januari - Februari 2023.

### **Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data dasar sampel, digunakan kuesioner online melalui *Google Form*. Edukasi tentang pengetahuan gizi untuk mencegah stunting disampaikan melalui Aplikasi TikTok dan WhatsApp, dalam bentuk video yang diunggah satu kali setiap hari selama 8 hari pada jam 20.00-21.00 WITA. Pengetahuan sampel tentang gizi diukur melalui kuesioner yang diberikan sebelum dan setelah edukasi gizi yang diberikan melalui link *Google Form*.

### **Pengolahan dan Analisis Data**

Analisis data untuk menguji pengetahuan pada masing-masing kelompok intervensi yaitu kelompok yang diberi media *TikTok* dan kelompok yang diberi *WhatsApp* yakni jika data berdistribusi normal menggunakan Uji t berpasangan, dan jika data tidak berdistribusi normal menggunakan Uji *Wilcoxon*. Analisis data untuk membandingkan perbedaan pengetahuan dua kelompok intervensi yaitu kelompok yang diberi media *TikTok* dan *WhatsApp* yakni jika data berdistribusi normal menggunakan Uji t berpasangan, dan jika data tidak berdistribusi normal menggunakan Uji Mann Wethney.

## HASIL

Tabel 1 menunjukkan distribusi subyek berdasarkan prodi terbanyak ialah prodi DIII pada media edukasi *TikTok* berjumlah 18 orang (81,8%) sedangkan pada media edukasi *WhatsApp* berjumlah 17 orang (77,3%). Distribusi subyek berdasarkan umur terbanyak ialah 18 tahun pada media edukasi *TikTok* dan *WhatsApp* berjumlah 13 orang (59,1%). Distribusi subyek berdasarkan Pekerjaan ayah terbanyak pada media edukasi *TikTok* ialah Petani Pemilik berjumlah 8 orang (36,4%) sedangkan pada media edukasi *WhatsApp* ialah PNS/TNI/POLRI berjumlah 6 orang (27,3%). Distribusi subyek berdasarkan Pekerjaan ibu terbanyak pada media edukasi *TikTok* berjumlah 17 orang (77,3%) sedangkan pada media edukasi *WhatsApp* ialah IRT berjumlah 13 orang (59,1%).

Tabel 2 menunjukkan Frekuensi membuka materi terbanyak pada media edukasi *TikTok*  $\geq 8$  kali berjumlah 12 orang (54,5%) sedangkan pada media edukasi *WhatsApp* ialah  $\geq 8$  kali berjumlah 13 orang (59,1%).

Tabel 3 memperlihatkan distribusi subyek berdasarkan tingkat pengetahuan gizi sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi menggunakan media *TikTok* dan *WhatsApp*. Sebelum mendapatkan edukasi, hanya 2 orang (9,1%) yang memiliki tingkat pengetahuan gizi yang

baik di kedua kelompok media edukasi. Namun setelah mendapatkan edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kedua kelompok. Pada kelompok yang mendapatkan edukasi melalui media *TikTok*, 19 orang (86,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik setelah edukasi, sementara pada kelompok yang mendapatkan edukasi melalui media *WhatsApp*, sebanyak 21 orang (95,5%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik setelah edukasi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan kedua media edukasi berhasil meningkatkan pengetahuan subyek tentang gizi.

Tabel 4 menjelaskan hasil edukasi gizi yang dilakukan melalui media sosial *TikTok* terhadap pengetahuan gizi pada subyek penelitian. Terdapat perubahan rata-rata skor pengetahuan dari 27,23 sebelum diberikan edukasi menjadi 34,64 setelah diberikan edukasi. Analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,000$ , yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi melalui *TikTok*. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media sosial *TikTok* efektif meningkatkan pengetahuan gizi dalam upaya pencegahan stunting pada Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekes Kemenkes Makassar.

Tabel 5 menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media sosial WhatsApp dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada mahasiswi tingkat 1 jurusan gizi Poltekes Kemenkes Makassar. Terjadi perubahan rata-rata skor pengetahuan dari 28,23 sebelum edukasi menjadi 32,95 setelah edukasi. Hasil analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,000$ , yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pemberian edukasi melalui WhatsApp dan pengetahuan gizi dalam upaya pencegahan stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi melalui media sosial WhatsApp efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada mahasiswi tingkat 1 jurusan gizi Poltekes Kemenkes Makassar.

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan media sosial TikTok dan WhatsApp efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada mahasiswa. Hal ini didasarkan pada hasil uji statistik menggunakan Uji Wilcoxon untuk kedua media, yang menunjukkan nilai  $p \text{ value} = 0,000$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua media tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap skor pengetahuan gizi sebelum

Tabel 6 menunjukkan hasil analisis statistik menggunakan uji Mann Whitney untuk membandingkan efektivitas pemberian edukasi gizi melalui TikTok dan WhatsApp terhadap pengetahuan gizi dalam upaya pencegahan stunting pada mahasiswi tingkat 1 jurusan gizi Poltekes Kemenkes Makassar. Hasil uji Mann Whitney menunjukkan nilai  $p = 0,043 < 0,05$ , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua media tersebut dalam meningkatkan pengetahuan gizi mahasiswi. Berdasarkan data tersebut, media TikTok lebih efektif dalam memberikan edukasi gizi dibandingkan dengan media WhatsApp. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi melalui TikTok, pengetahuan mahasiswi memiliki rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan dengan setelah diberikan edukasi melalui WhatsApp.

dan sesudah intervensi. Selain itu, hasil analisis statistik menggunakan uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua media dalam meningkatkan pengetahuan gizi, dengan nilai  $p \text{ value} = 0,043 < 0,05$ , hasil ini menunjukkan bahwa media sosial TikTok lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi dibandingkan dengan media WhatsApp dengan rata-rata pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi melalui TikTok lebih tinggi

daripada setelah diberikan edukasi melalui WhatsApp.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pamilasari, Desi and Purba, 2022) ada perbedaan rata-rata antara nilai pengetahuan gizi remaja putri pada pretest dan posttest dengan nilai rata-rata perbedaan sebesar 4,286 dan nilai Sig 2-tailed sebesar  $0,000 < 0,05$ . Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan media aplikasi TikTok berpengaruh terhadap pengetahuan gizi seimbang pada remaja putri. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Simanjuntak *et al.*, 2022) menunjukkan bahwa intervensi melalui media sosial memberikan perubahan pengetahuan yang positif dan signifikan. Media sosial TikTok memberikan perubahan yang paling signifikan, dibandingkan dengan media sosial lainnya, berdasarkan perbedaan nilai pre-test dan post-test. Peningkatan nilai post-test pada semua media sosial menunjukkan adanya perubahan positif, namun perubahan yang paling signifikan terjadi pada kelompok intervensi yang menggunakan media sosial TikTok.

Hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa TikTok memiliki potensi sebagai platform yang berharga dan berpengaruh dalam menyampaikan informasi kesehatan yang penting. (Basch,

Hillyer, & Jaime, 2020; Zhu et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Basir, 2019) juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam pengetahuan gizi pre-test dan post-test melalui media sosial WhatsApp, dengan nilai signifikan sebesar  $p\text{ value} = 0,000$ . Penelitian yang dilakukan oleh (Rusdi, Helmizar and Rahmy, 2021) juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam pengetahuan tentang gizi seimbang remaja putri pre-test dan post-test edukasi gizi melalui WhatsApp dengan  $p\text{-value}$  sebesar 0,004. Pada penelitian (Wardhani, Nissa and Setyaningrum, 2021) hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara nilai pengetahuan gizi sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi pada remaja putri di SMPN 21 PPU, dengan menggunakan uji Wilcoxon dan diperoleh nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMPN 21 PPU

Secara umum penelitian ini diketahui hasil studi ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari edukasi gizi melalui media sosial *TikTok* dan *WhatsApp* terhadap skor pengetahuan gizi, berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Hasilnya menunjukkan ada perbedaan signifikan dalam peningkatan pengetahuan gizi antara edukasi yang

diberikan melalui *TikTok* dan *WhatsApp*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sesudah diberikan media *TikTok* mempunyai rata-rata yang lebih tinggi daripada media *WhatsApp*.

Keterbatasan studi ini adalah pada media sosial yang digunakan yakni *TikTok* dan *WhatsApp* tidak dapat menampilkan frekuensi menonton video edukasi. Beberapa responden tidak langsung mengakses video yang terbaru diupload melainkan butuh waktu beberapa jam baru melihat video yang diupload. Keterbatasan lainnya yakni kurangnya pengawasan terhadap durasi yang dihabiskan oleh responden dalam menyimak konten edukasi gizi hal ini memungkinkan bagi responden untuk hanya sekedar melihat video atau bahkan tidak menonton seluruh video secara keseluruhan. Selain itu, antusiasme responden dalam mengikuti penelitian juga tidak konsisten, sehingga hasil penelitian dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti perbedaan tingkat motivasi responden dalam mengikuti program edukasi.

## **KESIMPULAN**

1. Ada perbedaan skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui *TikTok* dalam upaya pencegahan *stunting* pada Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekes Kemenkes Makassar.
2. Ada perbedaan skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui *WhatsApp* dalam upaya pencegahan *stunting* pada Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekes Kemenkes Makassar
3. Ada perbedaan efek metode edukasi *TikTok* dan *WhatsApp* terhadap skor pengetahuan gizi dalam upaya pencegahan *stunting* pada Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekes Kemenkes Makassar. Menurut data diatas media *TikTok* lebih efektif untuk menjadi model pemberian edukasi gizi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sesudah diberikan media *TikTok* mempunyai rata-rata yang lebih tinggi daripada media *WhatsApp*.

## **SARAN**

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian pada subjek remaja putri tingkat Sekolah Menengah Pertama atau remaja putri tingkat Sekolah Menengah Atas dan dapat mengembangkan penelitian ini tetap dengan menggunakan media sosial *TikTok* dan *WhatsApp* tetapi mencari alternatif agar dapat melihat frekuensi responden membuka materi edukasi serta dapat memantau agar responden melihat video edukasi dari awal hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sumita. 2001. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia.
- Andina Rachmayani, S, Kuswari, M. And Melani, V. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Putri Di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal Of Human Nutrition*. pp.125–130.
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- APJI. (2022). Profil Internet Indonesia 2022, Apji.Or.Od [Preprint], (June). Available At: Apji.Or.Id.
- Azrul Azwar, M. (2004). Kecenderungan Masalah Gizi Dan Tantangan Di Masa Datang.
- Basch, C. H., Hillyer, G. C., & Jaime, C. (2020). COVID-19 on *TikTok*: *Harnessing an emerging social media platform to convey important public health messages*.
- Basir, A. A. L. (2019). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Sosial Terhadap Pengetahuan Gizi, Asupan Energi dan Protein Serta Status Gizi Remaja di SMPN 1 Sinjai Selatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Budiman & Prianto, A. (2013). Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Salemba Medika.
- Deddy Muchtadi. (1993). Pengantar Ilmu Gizi. Jurusan Teknologi Pangan dan Gizi, FATETA. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1994). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- Demitri, A., Nasution, E, dan Aritonang, E. (2015). Pengaruh pendidikan gizi tentang pola makan seimbang melalui *game puzzle* terhadap peningkatan pengetahuan anak SDN 067690 kota Medan. Artikel penelitian.
- Dewi, R.K. And Martini, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Usia Remaja.
- Hardiansyah & Supriasa, I. D. N. (2017). Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Hasiholan, dkk. (2020) . Pemanfaatan Media Sosial Tik Tok Sebagai Media Kampanye Gerakan Cuci Tangan Di Indonesia Untuk Pencegahan Corona Covid-19. *Jurnal Ilmu Komunikasi*.
- Hootsuite, W.A.S. (2022) ‘Digital-2022-Indonesia-February-2022.
- Indriani L Zaddana C, Nurdin NM, Sitinjak JSM. (2019). Pengaruh pemberian edukasi gizi dan kapsul serbuk daun kelor (*moringa oleifera l.*) terhadap kenaikan kadar hemoglobin remaja putri di universitas pakuan. *Media Pharmaceutica Indonesia*.
- Istiany, A., & Ruslianti. (2013). Gizi terapan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Jeprino Richardus Susar. (2022). Analisis Motif Dan Perilaku Pengguna.
- Kurniawan, P.N.D. (2021). Pengaruh Video *TikTok* Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sd Di Kecamatan Moyudan. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. Angka Kecukupan Gizi 2019. Kementerian Kesehatan, 2019
- Kemenkes RI. (2021). Launching Hasil Studi Status Gizi Indonesia

- (SSGI)', Pp. 1–14.
- Kemendes RI. (2020). Gizi Saat Remaja Tentukan Kualitas Keturunan.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak (Issue 3).
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak (Issue 3).
- Larasati, W.,dkk. (2013). Efektivitas Pemanfaatan Aplikasi *WhatsApp* sebagai Sarana Diskusi Pembelajaran Pada Mahasiswa. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Marni. (2013). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Mutmainnah, Sitti Patimah And Septiyanti. (2021). Hubungan KEK Dan Wasting Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Majene. *Window Of Public Health Journal*. pp. 561–569.
- Nilasari. (2022). Kajian Isu #1: Triple Burden of Malnutrition. Forum Mahasiswa Gizi FKM Universitas Hasanuddin  
<https://formazifkmunhas.org/kajian-isu-1-triple-burden-of-malnutrition/>
- Notoatmodjo, S. (2012) Metode Penelitian Kesehatan (Revisi 2). Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoadmodjo,S. (2003). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjoe. (2010). Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ramayulis, R., Kresnawan, T., Iwaningsih, S., & Rochani, N. S. (2018). Stop Stunting dengan Konseling Gizi. Jakarta: Penebar Plus.
- Suhardjo.(1986). Pangan, Gizi, dan Pertanian. Jakarta: UI-press.
- Sulistyoningsih, H. (2012). Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Soekirman.(2012). Sejarah Asal Kata Istilah Gizi Sebagai Terjemahan Kata Inggris Nutrition. Kemendes RI.
- Tim Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB)
- Tim Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB)
- Tim Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB)
- Undang-undang RI No. 18 tahun 2012. Pangan.
- Pamilasari, T., Desi and Purba, J.S.R. (2022) 'Pengaruh Edukasi Gizi Media *TikTok* terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja Putri', *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 5(1), pp. 141–145.
- Puspita, E.T. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Masa Pandemi Covid-19 Di Smp Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2021.
- Putri Novitasari Denna Kurniawan, (2021). Pengaruh

- Video TikTok Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Siswa SD di Kecamatan Moyudan. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Putri, N.M.S.M. (2022). Perbedaan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Sosial Instagram Dan *WhatsApp* Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Denpasar. pp. 49–58.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Tabel Batas Ambang indeks Massa tubuh (IMT).
- Pranajaya, & Hendra Wicaksono. (2017). Pemanfaatan Aplikasi *WhatsApp* (WA) Di Kalangan Pelajar. Prosiding SnaPP2017 Sosial, Ekonomi, Dan Humaniora, Vol 7, No.1, pp. 98–109.
- Proverawati, A. (2011). Ilmu Gizi. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N.T. (2017). Bahan Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Rusdi, F.Y., Helmizar, H. and Rahmy, H.A. (2021) ‘Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram Terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Padang’, *Journal of Nutrition College*. pp. 31–38.
- Savitri, Shintia. (2022). 11 Fitur *TikTok* yang Wajib Diketahui *TikTokers* Harus Coba!.
- Simbolon, D., Sumiati, & A Rahmadi. (2018). Pencegahan dan Penanggulangan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan Anemia pada Ibu Hamil. Jakarta: CV Budi Utama.
- Simanjuntak, M. *et al.* (2022) ‘Pengaruh Inovasi Edukasi Gizi Masyarakat Berbasis Social Media Marketing terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku dalam Upaya Pencegahan Stunting’, *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, pp. 164–177.
- Siyoto, S., & Sodik, M. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Literasi Media Publishing
- Suhardjo. (2007). Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara.
- Supariasa, IDN. (2011). Pendidikan dan Konsultasi Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susilowati. (2020). Pemanfaatan Aplikasi *TikTok* Sebagai Personal Branding Di Instagram. *Jurnal Komunikasi*. pp. 176–185.
- Winarso, B. (2015). Apa Itu *WhatsApp*, Sejarah dan Fitur-fitur Unggulannya?
- We Are Social & Hootsuite, & kepios. (2022). Digital 2022 Indonesia. pp. 24–84.
- WhatsApp*. (2022). Fitur *WhatsApp* diakses 28 oktober 2022 <https://www.WhatsApp.com/features>
- WHO. (2018). Levels And Trends In Child Malnutrition. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>

Tabel 1  
Distribusi Subyek Berdasarkan Karakteristik Sampel Penelitian

| Variabel          | Media Edukasi |      |                 |      |
|-------------------|---------------|------|-----------------|------|
|                   | <i>TikTok</i> |      | <i>WhatsApp</i> |      |
|                   | n             | %    | n               | %    |
| Prodi             |               |      |                 |      |
| DIII              | 18            | 81,8 | 17              | 77,3 |
| DIV               | 4             | 18,2 | 5               | 22,7 |
| Umur              |               |      |                 |      |
| 17 tahun          | 2             | 9,1  | 1               | 4,5  |
| 18 tahun          | 13            | 59,1 | 13              | 59,1 |
| 19 tahun          | 7             | 31,8 | 7               | 31,8 |
| 23 tahun          | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| Pekerjaan Ayah    |               |      |                 |      |
| PNS/TNI/POLRI     | 6             | 27,3 | 6               | 27,3 |
| Karyawan Swasta   | 3             | 13,6 | 1               | 4,5  |
| Pedagang          | 2             | 9,1  | 2               | 9,1  |
| Pengusaha         | 1             | 4,5  | 1               | 4,5  |
| Petani Pemilik    | 8             | 36,4 | 4               | 18,2 |
| Buruh             | 0             | 0    | 3               | 13,6 |
| Pensiunan         | 1             | 4,5  | 1               | 4,5  |
| Nelayan           | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| Sopir/Tukang Ojek | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| TKI               | 1             | 4,5  | 0               | 0    |
| Tidak Bekerja     | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| Lain-lain         | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| Pekerjaan Ibu     |               |      |                 |      |
| PNS/TNI/POLRI     | 2             | 9,1  | 3               | 13,6 |
| Karyawan Swasta   | 0             | 0    | 2               | 9,1  |
| Pedagang          | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| Pengusaha         | 0             | 0    | 1               | 4,5  |
| IRT               | 17            | 77,3 | 13              | 59,1 |
| Tidak Bekerja     | 1             | 4,5  | 2               | 9,1  |
| Lain-lain         | 2             | 9,1  | 0               | 0    |

Data Primer 2023

Tabel 2  
Frekuensi Membuka Materi

| Frekuensi membuka materi | Media Edukasi |            |                 |            |
|--------------------------|---------------|------------|-----------------|------------|
|                          | <i>TikTok</i> |            | <i>WhatsApp</i> |            |
|                          | n             | %          | n               | %          |
| < 8 kali                 | 10            | 45,5       | 9               | 40,9       |
| ≥ 8 kali                 | 12            | 54,5       | 13              | 59,1       |
| <b>Total</b>             | <b>22</b>     | <b>100</b> | <b>22</b>       | <b>100</b> |

Data Primer 2023

Tabel 3  
Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan

| Media Edukasi   | Pengetahuan Gizi | Waktu Pemberian |            |           |            |
|-----------------|------------------|-----------------|------------|-----------|------------|
|                 |                  | Sebelum         |            | Sesudah   |            |
|                 |                  | n               | %          | n         | %          |
| <i>TikTok</i>   | Kurang           | 1               | 4,5        | 0         | 0          |
|                 | Cukup            | 19              | 86,4       | 3         | 13,6       |
|                 | Biak             | 2               | 9,1        | 19        | 86,4       |
| <b>Total</b>    |                  | <b>22</b>       | <b>100</b> | <b>22</b> | <b>100</b> |
| <i>WhatsApp</i> | Cukup            | 20              | 90,9       | 1         | 4,5        |
|                 | Baik             | 2               | 9,1        | 21        | 95,5       |
| <b>Total</b>    |                  | <b>22</b>       | <b>100</b> | <b>22</b> | <b>100</b> |

Data Primer 2023

Tabel 4  
Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Sosial *TikTok* terhadap Pengetahuan Gizi

| Media Edukasi | Waktu Pengukuran | Skor Pengetahuan | <i>p value</i> |
|---------------|------------------|------------------|----------------|
|               |                  | Mean             |                |
| <i>TikTok</i> | Sebelum          | 27,23            | 0.000          |
|               | Sesudah          | 34,64            |                |

Data primer 2023

Tabel 5  
Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Sosial *WhatsApp* terhadap Pengetahuan Gizi

| Media Edukasi   | Waktu Pengukuran | Skor Pengetahuan | <i>p value</i> |
|-----------------|------------------|------------------|----------------|
|                 |                  | Mean             |                |
| <i>WhatsApp</i> | Sebelum          | 28,23            | 0.000          |
|                 | Sesudah          | 32,95            |                |

Data primer 2023

Tabel 6  
Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Sosial *WhatsApp* terhadap skor Pengetahuan Gizi

| Rata-rata Skor pengetahuan gizi | <i>TikTok</i> |              | <i>WhatsApp</i> |              | P value |
|---------------------------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|---------|
|                                 | Sebelum       | Sesudah      | Sesudah         | Sebelum      |         |
|                                 | <b>27,23</b>  | <b>34,64</b> | <b>28,23</b>    | <b>32,95</b> | 0,043   |
| P value                         | 0,000         |              | 0,000           |              |         |

Data Primer 2023