

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI PRAKONSEPSI DENGAN MODEL *THINK PAIR SHARE* (TPS) TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI DAN SIKAP SANTRI PPPM BAITUL MAKMUR SURABAYA

Kharisma Gita Susiawan

Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya
Email: kharisma.18036@mhs.unesa.ac.id

Choirul Anna Nur Affifah

Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya
Email: choirulanna@unesa.ac.id

Abstrak

Edukasi prakonsepsi gizi merupakan langkah awal yang penting untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap terkait gizi pada masa prakonsepsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan menggunakan model *Think Pair Share* (TPS) dan model ceramah dengan *PowerPoint* (PPT) mengenai prakonsepsi gizi pada santri PPPM Baitul Makmur Surabaya. Penelitian ini mengadopsi desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen semu (quasi-experiment) menggunakan Pretest-Posttest Control Group Design, dilengkapi dengan instrumen tes pengetahuan dan angket sikap. Sampel penelitian berjumlah 40 orang yang dipilih dengan teknik Purposive Sampling, kemudian dibagi menjadi dua kelompok yang masing-masing terdiri dari 20 orang. Kelompok pertama adalah kelompok kontrol yang menerima metode ceramah dengan *PowerPoint* (PPT), sementara kelompok kedua adalah kelompok eksperimen yang mengikuti metode *Think Pair Share* (TPS). Data pengetahuan dan sikap dari kedua kelompok dianalisis menggunakan Uji Paired Sample t-test dan uji Independent Sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik metode ceramah dengan *PowerPoint* (PPT) maupun metode *Think Pair Share* (TPS) keduanya efektif dalam meningkatkan hasil edukasi prakonsepsi gizi. Namun terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pendidikan yang dicapai melalui kedua metode tersebut, baik pada aspek pengetahuan ($P=0,632$) maupun sikap ($P=0,733$). Penelitian ini mengukur peningkatan pengetahuan dan sikap terkait prakonsepsi gizi, namun tanpa mencakup perubahan perilaku. Secara keseluruhan, metode *Think Pair Share* (TPS) terbukti lebih efisien dan efektif dalam memberikan edukasi prakonsepsi gizi, sedangkan metode ceramah menggunakan *PowerPoint* (PPT) lebih sesuai untuk diterapkan dalam satu sesi pertemuan karena durasi yang diperlukan lebih lama.

Kata Kunci: Edukasi Gizi Prakonsepsi, *Think Pair Share* (TPS), Ceramah, *Powerpoint* (PPT).

Abstract

Preconception nutrition education is an important initial step to improve knowledge and attitudes related to nutrition during the preconception period. This study aims to analyze the impact of counseling using the Think Pair Share (TPS) model and the lecture model with PowerPoint (PPT) on preconception nutrition for the students of PPPM Baitul Makmur Surabaya. The study adopted a quantitative research design with a quasi-experimental approach using a Pretest-Posttest Control Group Design, complemented by knowledge tests and attitude questionnaires. The study sample consisted of 40 participants, selected using Purposive Sampling, then divided into two groups, each consisting of 20 participants. The first group, the control group, received the lecture method with PowerPoint (PPT), while the second group, the experimental group, followed the Think Pair Share (TPS) method. Knowledge and attitude data from both groups were analyzed using the Paired Sample t-test and Independent Sample t-test. The results of the study show that both the PowerPoint (PPT) lecture method and the Think Pair Share (TPS) method are effective in improving preconception nutrition education outcomes. However, there were significant differences in the educational results achieved by the two methods, both in terms of knowledge ($P=0.632$) and attitude ($P=0.733$). This study measured the improvement in knowledge and attitudes related to preconception nutrition but did not address behavioral changes. Overall, the Think Pair Share (TPS) method was proven to be more efficient and effective in delivering preconception nutrition education, while the PowerPoint (PPT) lecture method is more suitable for application in a single meeting session due to the longer duration required.

Keywords : Preconception Nutrition Education; Think Pair Share (TPS); Lecture; Powerpoint (PPT)

PENDAHULUAN

PPPM (Pondok Pesantren Pelajar & Mahasiswa) Baitul Makmur adalah pondok pesantren yang didirikan oleh

Lembaga Dakwah Islam Indonesia (LDII). Pondok ini difokuskan mendukung pelajar dan mahasiswa LDII yang menempuh pendidikan di Surabaya. Salah satu peran utama

PPPM Baitul Makmur adalah memberikan pendampingan bagi remaja LDII agar tidak terpengaruh hal negatif (Paramita & Trilaksana, 2021). Sebagian besar santri di pondok ini adalah mahasiswa yang berada dalam rentang usia 18-26 tahun, yang juga merupakan fase pranikah (Rika, 2023). Santri merupakan individu yang sedang menimba ilmu di pesantren dan memiliki peran penting dalam sistem pendidikan Islam. Santri di PPPM Baitul Makmur mayoritas berada dalam rentang usia 18–26 tahun, yang tergolong sebagai dewasa awal. Pada tahap ini, individu mulai mempersiapkan kehidupan berkeluarga, termasuk dalam aspek kesehatan dan gizi (Fahham, 2020). Salah satu aspek penting dalam persiapan pernikahan adalah gizi prakonsepsi, yang berperan dalam menentukan kualitas kesehatan reproduksi dan kehamilan. Gizi yang optimal sebelum konsepsi akan berpotensi menekan risiko bayi lahir dengan berat badan kurang (BBLR), prematuritas, serta masalah inflamasi dan infeksi pada bayi baru lahir (Susilowati & Kuspriyanto, 2016).

Masa prakonsepsi merupakan periode sebelum kehamilan untuk menganalisis kondisi kesehatan ibu hamil dan calon bayi. Status gizi wanita usia subur (WUS) selama masa prakonsepsi sangat berpengaruh terhadap keberhasilan kehamilan serta kesehatan bayi (Susilowati dkk, 2016). Permasalahan gizi pranikah bukan hanya diarsajan oleh wanita tetapi juga laki-laki. Status gizi yang tidak optimal dapat mempengaruhi fertilitas, seperti keterlambatan konsepsi akibat obesitas pada pria (Anggraeny, 2023). Selain itu, rendahnya pengetahuan gizi juga berkontribusi terhadap permasalahan ini. Augustine (2021) menunjukkan bahwa edukasi gizi prakonsepsi dapat meningkatkan skor pengetahuan gizi secara signifikan. Untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman santri terhadap pentingnya gizi prakonsepsi, pemberian edukasi merupakan pendekatan yang efektif.

Sehubungan dengan hal tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi prakonsepsi dengan metode ceramah dan model Think Pair Share (TPS) terhadap peningkatan pengetahuan santri PPPM Baitul Makmur Surabaya. Selain itu, tujuannya untuk menganalisis pengaruh terhadap sikap santri dalam memahami pentingnya gizi prakonsepsi sebagai bagian dari persiapan menuju kehidupan berkeluarga yang sehat. Lebih lanjut, penelitian ini juga ingin mengetahui pengaruh dari edukasi gizi prakonsepsi antara metode ceramah dan model TPS, sehingga dapat menentukan metode yang lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman serta kesadaran santri terhadap pentingnya gizi prakonsepsi.

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yang dapat memberikan kontribusi bagi berbagai pihak. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai gizi prakonsepsi dan membantu mempersiapkan generasi yang lebih sehat.

Masa pranikah merupakan fase penting dalam

persiapan kehamilan, yang memerlukan perhatian khusus terhadap gizi dan kesehatan reproduksi (Susilowati dkk, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi prakonsepsi berperan dalam meningkatkan pemahaman mengenai pemilihan makanan bergizi serta kesiapan menghadapi kehamilan (Augustine, 2021). Model pembelajaran TPS telah terbukti lebih berpengaruh dibandingkan metode ceramah dalam meningkatkan pemahaman dan sikap peserta didik terhadap suatu konsep (Sevya, 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode TPS dapat meningkatkan daya retensi siswa dan keterampilan berpikir kritis secara signifikan (Suharliq, 2011; Ambarwati, 2012; Sukasari, 2012). Namun, masalah gizi tidak hanya dialami oleh wanita. Laki-laki dengan IMT di atas 25 kg/m² memiliki dampak lebih tinggi mengalami keterlambatan konsepsi (Anggraeny, 2023).

Menurut Bappenas (2011), status gizi ibu sebelum hamil memiliki pengaruh langsung terhadap kesehatan janin. Kecukupan zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sebelum konsepsi sangat penting dalam menunjang kesuburan serta kesehatan reproduksi. Kekurangan zat gizi tertentu dapat menyebabkan gangguan (Indriani et al., 2013). Selain itu, status gizi pria juga berpengaruh pada kualitas sperma yang dapat menentukan keberhasilan pembuahan (Anggraeny, 2023). Oleh karena itu, edukasi mengenai gizi prakonsepsi menjadi langkah penting dalam meningkatkan pemahaman calon ibu dan ayah mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang sebelum menikah.

Edukasi gizi merupakan metode yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran individu pada pentingnya pola makan sehat. Menurut Perdana et al. (2017), edukasi gizi yang efektif dapat mengubah tingkah laku individu dalam menentukan pilihan makanan yang lebih bergizi dan mengurangi gangguan kesehatan akibat kebiasaan makan yang tidak seimbang. Salah satu metode yang terbukti optimal dalam meningkatkan pemahaman santri terhadap gizi prakonsepsi adalah TPS. TPS adalah metode pembelajaran kooperatif yang disusun untuk meningkatkan hubungan dan partisipasi siswa. Metode ini dikembangkan oleh Lyman pada tahun 1985 dan telah digunakan secara luas dalam berbagai ranah pendidikan (Puastiningsih, 2018).

Dalam penerapannya, TPS terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu thinking, pairing, dan sharing. Pada tahap pertama, siswa diberikan jeda berpikir sendiri mengenai materi yang dipelajari. Selanjutnya, mereka berdiskusi dalam kelompok kecil untuk membandingkan hasil pemikiran mereka. Akhirnya, setiap kelompok berbagi temuan mereka dengan seluruh kelas, sehingga terjadi diskusi yang lebih luas (Nurjanah, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni (2017) diketahui bahwa penggunaan metode TPS dalam edukasi gizi dapat meningkatkan pemahaman siswa karena memberikan

Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Prakonsepsi Dengan Model Think Pair Share (TPS) Terhadap Peningkatan Pengetahuan

ruang bagi mereka untuk berpikir secara aktif, berdiskusi, dan saling mengoreksi pemahaman satu sama lain.

Dengan adanya edukasi yang berbasis TPS, diharapkan santri tidak hanya memahami pentingnya gizi sebelum kehamilan, tetapi juga dapat mewujudkan konsep itu dalam kehidupan. Dengan mempertimbangkan berbagai faktor tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran santri mengenai gizi prakonsepsi. Melalui pendekatan pembelajaran TPS, diharapkan metode ini bisa digunakan sebagai alternatif dalam edukasi gizi yang lebih menarik, efektif, dan aplikatif bagi santri PPPM Baitul Makmur Surabaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis quasi experiment dengan desain Pretest-Posttest Control Group Design, di mana terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang diberikan pretest dan posttest. Kelompok eksperimen diberikan edukasi gizi prakonsepsi menggunakan model Think Pair Share (TPS), sementara kelompok kontrol diberikan edukasi dengan metode ceramah. Penelitian ini dilakukan di PPPM Baitul Makmur Surabaya pada bulan November hingga Desember 2024. Populasi penelitian terdiri dari seluruh santri sejumlah 125 orang, sementara sampel penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, menghasilkan 40 santri terdiri dari dua kelas yang berbeda 20 santri dari kelas saringan dan 20 santri dari kelas hadis besar. Selanjutnya kedua kelas tersebut dikelompokkan dengan cara convenience yaitu pengelompokan sesuai dengan keinginan berdasarkan masing-masing kelas, yaitu kelompok eksperimen dengan diambil dari kelas hadis besar dan kelompok kontrol dengan dari kelas saringan. Pengelompokan ini dilakukan atas dasar pertimbangan jam kegiatan belajar di pondok berdasarkan masing-masing kelas.

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi lembar tes dengan 20 butir soal pilihan ganda untuk mengukur pengetahuan santri tentang gizi prakonsepsi serta angket sikap dengan skala Likert untuk mengukur respon terhadap materi yang diberikan. Validitas instrumen diuji oleh dua validator, dengan hasil validitas sebesar 75,5% untuk tes pengetahuan dan 78,8% untuk angket sikap, yang menunjukkan instrumen layak digunakan. Selain itu, penelitian ini juga memakai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Gizi (RPPG), Lembar Kerja Sasaran Didik (LKSD), dan media ajar dalam bentuk PowerPoint (PPT), yang telah divalidasi dengan skor validitas masing-masing 83,9%, 75%, dan 89,1%, menunjukkan perangkat pembelajaran sangat layak digunakan.

Pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu editing, coding, entry, dan cleaning untuk memastikan data yang dianalisis akurat. Analisis data mencakup uji

normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk dan uji homogenitas menggunakan One-Way ANOVA untuk memastikan data memenuhi asumsi statistik. Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antara variabel menggunakan paired sample t-test untuk mengetahui beda antara sebelum dan sesudah perlakuan serta independent sample t-test untuk membandingkan efektivitas antara metode ceramah dan Think Pair Share. Semua analisis dilakukan menggunakan program SPSS versi 23 untuk memperoleh hasil yang valid dan reliabel (Sugiyono, 2019; Notoatmodjo, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aspek Pengetahuan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

| <i>Pretest</i> | | | | |
|-----------------|-----|-----|-----------|----------------|
| Kelompok | Min | Max | Rata-rata | Std. Deviation |
| Kontrol | 50 | 90 | 69 | 12,096 |
| Eksperimen | 60 | 100 | 77 | 11,743 |
| <i>Posttest</i> | | | | |
| Kontrol | 70 | 100 | 84 | 9,403 |
| Eksperimen | 80 | 100 | 93,5 | 6,708 |

Penelitian ini mengukur peningkatan pengetahuan santri PPPM Baitul Makmur Surabaya tentang gizi prakonsepsi sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Pengukuran dilakukan melalui *pretest* (sebelum edukasi) dan *posttest* (setelah edukasi). Hasilnya dapat dilihat dalam tabel 1. Hasil Tes Pengetahuan, diketahui bahwa Kelompok kontrol (ceramah) mengalami peningkatan rata-rata nilai dari 69 menjadi 84 dengan selisih 15 poin.

Kelompok eksperimen (TPS) mengalami peningkatan rata-rata nilai dari 77 menjadi 93.5 dengan selisih 16.5 poin, terdapat perbedaan yang signifikan dengan kelompok kontrol. Dari perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* dengan metode ceramah dan model TPS lebih tinggi selisih nilai model TPS, yang mana diketahui dengan model TPS terjadi peningkatan pengetahuan hasil edukasi gizi prakonsepsi dibandingkan dengan metode ceramah pada kelompok kontrol.

Tabel 2 Uji Normalitas Aspek Pengetahuan

| | Kelas | Shapiro-Walk | | |
|--|----------------------------------|--------------|----|-------|
| | | Statistic | df | Sig. |
| Hasil pengetahuan edukasi gizi prakonsepsi | <i>Pretest</i> kelompok kontrol | .910 | 20 | 0,063 |
| | <i>Posttest</i> kelompok kontrol | .940 | 20 | 0,236 |

| | | | | |
|--|-------------------------------------|------|----|-------|
| | <i>Pretest</i> kelompok eksperimen | .914 | 20 | 0,077 |
| | <i>Posttest</i> kelompok eksperimen | .938 | 20 | 0,970 |

Hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi *pretest-posttest* pada kelompok kontrol (0,063 dan 0,236) serta kelompok eksperimen (0,077 dan 0,970) lebih dari 0,05. Diketahui bahwa data *pre-test* dan *post-test* pengetahuan edukasi gizi prakonsepsi berdistribusi normal.

Hasil Aspek Sikap

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Sikap

| Sebelum | | | | |
|------------|-----|-----|-----------|-----------------|
| Kategori | Min | Max | Rata-rata | Standar Deviasi |
| Kontrol | 24 | 35 | 29 | 2,92 |
| Eksperimen | 19 | 34 | 28,25 | 4,29 |
| Setelah | | | | |
| Kontrol | 25 | 35 | 29,7 | 2,62 |
| Eksperimen | 30 | 40 | 35,45 | 2,76 |

Dari tabel 3 diketahui bahwa sikap pada kelompok kontrol (metode ceramah) diketahui nilai rata-rata sebelum edukasi 29 kemudian meningkat sedikit menjadi 29,7 setelah edukasi, dengan selisih hanya 0,7. Hal ini menunjukkan perubahan yang tidak signifikan. Sebaliknya, pada kelompok eksperimen (model TPS), rata-rata sebelum edukasi adalah 28,25 dan meningkat menjadi 35,45 setelah edukasi, dengan selisih 7,2. Perbedaan ini menjelaskan bahwa peningkatan sikap yang lebih signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Dengan selisih yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen, dapat disimpulkan bahwa model TPS lebih optimal dalam meningkatkan sikap terhadap edukasi prakonsepsi gizi dibandingkan metode ceramah.

Sikap pada kelompok kontrol (metode ceramah) memiliki nilai sebelum edukasi rata-rata adalah 29 sedangkan nilai sesudah edukasi rata-rata adalah 29,7 dengan selisish sebesar 0,7. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat perbedaan yang tidak lebih signifikan dari kelompok kontrol sebelum-sesudah dilakukan edukasi gizi prakonsepsi menggunakan metode ceramah.

Tabel 4. Uji Normalitas Aspek Sikap

| Hasil sikap gizi prakonsepsi | Kelas | Shapiro-Walk | | |
|------------------------------|--------------------------|--------------|----|-------|
| | | Statistic | df | Sig. |
| | Sebelum kelompok kontrol | .970 | 20 | 0,762 |
| | Sesudah kelompok | .961 | 20 | 0,566 |

| | | | | |
|--|-----------------------------|------|----|-------|
| | kontrol | | | |
| | Sebelum kelompok eksperimen | .907 | 20 | 0,056 |
| | Sesudah kelompok eksperimen | .953 | 20 | 0,417 |

Uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sikap sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol (0,762 dan 0,566) serta eksperimen (0,056 dan 0,417) lebih dari 0,05. Dengan demikian, hasilnya berdistribusi normal pada sikap data angket keduanya.

Selanjutnya Uji homogenitas diperlukan untuk melihat data sampel kelompok kontrol dan kelompok eksperimen berasal dari homogen, digunakan sebagai syarat (tidak mutlak) untuk uji parametrik yaitu *independent sample test*.

Tabel 5. Uji Homogenitas

| Pengetahuan | | | |
|------------------|-----|-----|-------|
| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig |
| 3,079 | 1 | 38 | 0,087 |
| Sikap | | | |
| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig |
| 0,398 | 1 | 38 | 0,532 |

Hasil uji homogenitas tabel diatas diketahui angka sig. antara *pretest* aspek pengetahuan pada kelompok kontrol dan eksperimen sebesar 0,087 (>0,05), dari hal itu diketahui pengetahuan awal responden bersifat homogen. Begitu pula dengan hasil angket sikap sebelum edukasi gizi prakonsepsi, yang memiliki nilai sig.0,532 (>0,05), menjelaskan sikap awal responden pada kedua kelompok juga homogen.

Pengaruh Edukasi Gizi Prakonsepsi Dengan Metode Ceramah dan Model TPS Terhadap Peningkatan Pengetahuan Santri PPPM Baitul Makmur

Hasil uji *independent sample t-test posttest* menunjukkan nilai *p-value* 0,001 < 0,05, artinya Ha3 diterima. Ini mengindikasikan bahwa ada perbedaan yang banyak antara peningkatan pengetahuan setelah diberikannya edukasi prakonsepsi gizi menggunakan metode ceramah dan menggunakan model TPS.

Tabel 6. Hasil Uji *Paired Sample T-Test* Aspek Pengetahuan

| Kelompok | n | 95% CI | | p-value |
|------------|----|--------|-------|---------|
| | | Lower | Upper | |
| Kontrol | 20 | 10,57 | 19,42 | 0,000 |
| Eksperimen | 20 | 11,63 | 21,37 | 0,000 |

Hasil uji *paired sample t-test* pada kelompok kontrol (metode ceramah) bernilia *p-value* 0,000 < 0,05 yaitu Ha1 diterima. Ini menjelaskan bahwa ada perbedaan yang besar dari skor penilaian pengetahuan sebelum dan sesudah

Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Prakonsepsi Dengan Model Think Pair Share (TPS) Terhadap Peningkatan Pengetahuan

dilakukan edukasi gizi prakonsepsi. Diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah edukasi gizi menggunakan metode ceramah dengan *powerpoint* (PPT) pada kelompok kontrol.

Hasil uji t sampel berpasangan yang diterima pada kelompok eksperimen (model TPS) menunjukkan p-value $0,000 < 0,05$, yang berarti H_{a1} . Hal ini mengindikasikan adanya selisih yang besar antara skor penilaian pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan prakonsepsi gizi. Dapat disimpulkan bahwa ada kemajuan pengetahuan setelah dilakukan edukasi gizi menggunakan model Think Pair Share (TPS) pada kelompok eksperimen.

Tabel 7. Uji independent sample t test *Posttest* Aspek Pengetahuan

| Kelompok | n | 95% CI | | Mean Diff | p-value |
|------------------------|----|--------|--------|-----------|---------|
| | | Lower | Upper | | |
| Kontrol dan Eksperimen | 40 | 4,271 | 14,729 | 9,500 | 0,001 |

Pengetahuan kelompok kontrol (metode ceramah) berdasarkan uji *Paired Sample t-test* diketahui ada kemajuan untuk pengetahuan setelah dan sebelum pemaparan edukasi gizi prakonsepsi. Diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah edukasi gizi menggunakan metode ceramah dengan *powerpoint* (PPT) pada kelompok kontrol. Hal ini dikarenakan upaya peningkatan pengetahuan gizi prakonsepsi melalui ceramah adalah usaha untuk menambahkan wawasan yang berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang edukasi gizi prakonsepsi (Susanti, 2018).

Pada kelompok eksperimen (model TPS), hasil perbedaan rata-rata yang dianalisis dengan uji *Paired Sample t-test* diketahui adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi prakonsepsi gizi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan model TPS berhasil meningkatkan pengetahuan pada kelompok eksperimen.. Hal ini dikarenakan model TPS memiliki beberapa manfaat diantaranya meningkatkan semangat belajar, memotivasi belajar yang menyenangkan, meningkatkan kekompakan karena bekerjasama dengan anggota kelompoknya, mendorong responden agar berfikir kritis dalam menyampaikan pendapat, melatih komunikasi yang baik antar kelompok dan saling berbagi ilmu pengetahuan tentang gizi prakonsepsi (Lyman dalam Puastiningsih, 2018).

Pengaruh Edukasi Gizi Prakonsepsi Dengan Metode Ceramah dan Model TPS Terhadap Sikap Santri PPPM Baitul Makmur

Tabel. 8 Uji Hasil Uji *Paired Sample T-Test* Aspek Sikap

| Kelompok | n | 95% CI | | p-value |
|------------|----|--------|-------|---------|
| | | Lower | Upper | |
| Kontrol | 20 | -1,019 | 2,419 | 0,405 |
| Eksperimen | 20 | 4.507 | 9.893 | 0,000 |

Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan p-value $0,405 > 0,05$ yaitu H_{a2} ditolak. Ini menjelaskan tidak ada perbedaan antara hasil skor. penilaian sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi prakonsepsi. Disimpulkan bahwa tidak ada peningkatan sikap setelah perlakuan menggunakan metode ceramah dengan *powerpoint* (PPT) pada kelompok kontrol. Penggunaan metode ceramah menggunakan *powerpoint* (PPT) tidak bisa maksimal digunakan untuk meningkatkan sikap responden terhadap gizi prakonsepsi.

Hasil uji *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen menyatakan nilai p-value $0,000 < 0,05$, yang berarti H_{a1} diterima. Hal ini menjelaskan bahwa ada selisih yang besar antara skor penilaian sikap sebelum dan sesudah pendidikan prakonsepsi gizi dilakukan. Diketahui bahwa edukasi gizi prakonsepsi dengan menerapkan model TPS dapat meningkatkan sikap responden terhadap gizi prakonsepsi.

Hasil perbedaan rata-rata berdasarkan uji *Paired Sample t-test* pada kelompok kontrol (metode ceramah) menunjukkan bahwa tidak ada selisih yang besar antara hasil skor penilaian sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi prakonsepsi. Disimpulkan bahwa tidak ada peningkatan sikap setelah edukasi gizi menggunakan metode ceramah dengan *powerpoint* (PPT) pada kelompok kontrol. Penggunaan metode ceramah menggunakan *powerpoint* (PPT) tidak bisa maksimal digunakan untuk meningkatkan sikap responden terhadap gizi prakonsepsi. Pada kelompok eksperimen (model TPS) hasil perbedaan rata-rata berdasarkan uji *Paired Sample t-test* menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara hasil skor penilaian sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi prakonsepsi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi prakonsepsi menggunakan model *think pair share* (TPS) dapat meningkatkan sikap responden terhadap gizi prakonsepsi. Sejalan dengan penelitian Puastiningsih (2018) yang menyatakan bahwa mendorong responden agar berfikir kritis dalam menyampaikan pendapat, melatih komunikasi yang baik antar kelompok dan saling berbagi ilmu pengetahuan tentang gizi prakonsepsi dapat meningkatkan baik pengetahuan dan sikap responden.

Tabel 9. Uji independent sample t test Aspek Sikap

| Kelompok | n | 95% CI | | Mean Diff |
|----------|----|--------|-------|-----------|
| | | Lower | Upper | |
| Kontrol | 40 | 4,027 | 7,473 | 5,750 |

| | | | | |
|------------|--|--|--|--|
| dan | | | | |
| Eksperimen | | | | |

Hasil uji *independent sampel t test* angket sikap setelah edukasi diketahui bahwa nilai p -value $0,00 < 0,05$ artinya H_{a3} diterima. Yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil angket sikap setelah edukasi gizi prakonsepsi menggunakan metode ceramah pada kelompok kontrol dan menggunakan model TPS untuk kelompok eksperimen.

Berdasarkan analisis uji hipotesis uji *Independent Sample T-test* pada aspek pengetahuan, diperoleh nilai signifikansi p -value $< 0,05$. Begitu pula pada uji hipotesis *Independent Sample t-test* pada aspek sikap, nilai p -value juga $< 0,05$, artinya H_{a3} diterima. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan antara edukasi gizi prakonsepsi metode ceramah (kelompok kontrol) dengan *powerpoint* (PPT) dan model TPS (kelompok eksperimen).

Peningkatan pengetahuan dan sikap edukasi gizi prakonsepsi dari data rata-rata *pretest* dan *posttest* menggunakan metode ceramah (kelompok kontrol) dengan *powerpoint* (PPT) dan model TPS (kelompok eksperimen) mengalami peningkatan yang berbeda. Hal ini dipengaruhi karena dua metode yang digunakan memiliki keunggulannya yang berbeda-beda. Tidak semua responden bisa menggunakan metode ceramah atau tidak semua responden bisa menggunakan TPS. Model TPS dapat mengembangkan pengetahuan dan sikap responden terhadap gizi prakonsepsi dengan signifikan dikarenakan responden lebih cocok menggunakan model TPS. Penelitian sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Lutfiyatun dkk (2012) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam keaktifan dan hasil belajar siswa antara kelas kontrol dan kelas eksperimen.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa edukasi gizi prakonsepsi dengan model TPS lebih efektif dari pada metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap santri PPPM Baitul Makmur. Hal ini terlihat dari peningkatan yang lebih signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol, baik dalam aspek pengetahuan maupun sikap.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diperhatikan untuk pengembangan edukasi gizi prakonsepsi di masa mendatang. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan menyesuaikan model pembelajaran *Think Pair Share* (TPS) dengan karakteristik penelitian, termasuk peralatan dan tahapan kegiatan yang digunakan, agar hasil edukasi lebih optimal. Selain itu, penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengatasi beberapa hasil

yang belum menunjukkan perubahan signifikan, serta memperluas cakupan sampel agar lebih beragam dan dapat diterapkan pada materi edukasi gizi lainnya. Bagi para ahli gizi, diharapkan dapat terus mengembangkan model pembelajaran yang lebih efektif dan efisien guna meningkatkan pemahaman serta sikap positif terhadap edukasi gizi prakonsepsi. Penyampaian edukasi yang baik dan benar juga menjadi aspek penting, mengingat informasi yang diberikan akan menjadi dasar pengetahuan serta memengaruhi sikap dan tindakan responden dalam menerapkan gizi prakonsepsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Paramita, Nadia, and Agus Trilaksana. 2021. "Perkembangan Pondok Pesantren Pelajar Dan Mahasiswa (Pppm) Baitul Makmur Lembaga Dakwah Islam Indonesia (Ldii) Surabaya Tahun 2014-2018." Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents 10(2).
- Rika Widianita D, 2023. Asuhan Kebidanan Pranikah Pada Ny "H" Dengan Kek Di Puskesmas Senaru Kec. Bayan Klu. AT-TAWASSUTH [Jurnal] Ekon Islam.;VIII(I):1-19.
- Susilowati dan Kuspriyanto. 2016. Gizi dalam Daur Kehidupan. Bandung: Refika Aditama.
- Anggraeny Nawiza R, Yunita L, Irawan A (2023). Pelaksanaan Pendampingan Catin Untuk Mencegah Stunting Dengan Skrinning Status Gizi Dan Indeks Masa Tubuh (Tagindas). Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia. 2023;3(3):81-95. doi:10.55606/jikki.v3i3.2138
- Augustine MN, Surabaya UN, Teknik , Pendidikan Keluarga Dengan Buku Saku Berbasis Android. Published online 2020. <https://journal.binawan.ac.id/JAKAGI/article/view/151>
- Sevya I, Sasomo B, Aisyah AS. Eksperimentasi Model Pembelajaran Kooperatif Think Pair Share (TPS) Dengan Pendekatan Realistic Mathematics Education (RME) Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VII Mts N 4 Bojonegoro. [Skripsi] 2024;(4).
- Suharlík. 2011. "Pengaruh Strategi Pembelajaran Integrasi Think Pair Share dan Resiprocal Teaching Terhadap Hasil Belajar Kognitif dan Retensi Biologi Siswa Berkemampuan Akademik Berbeda di SMAN 1 Batu". www.mulok.library.um.ac.id/.
- Ambarwati,A.D. 2012. "Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Think-Pair-Share (TPS) dengan Pendekatan Inquiry untuk Meningkatkan Keterampilan Berfikir Kritis dan Penguasaan Konsep Siswa SMP pada Konsep Tekanan". www.repository.upi.edu.
- Sukasari, P. 2012. Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Think Pair Share Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 4 Singaraja. [Skripsi]. (tidak diterbitkan). Singaraja: Jurusan

Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Prakonsepsi Dengan Model Think Pair Share (TPS) Terhadap Peningkatan Pengetahuan

Pendidikan Kimia Undiksha.

Fahham, Achmad Muchaddam. 2020. Ilmu dan Aplikasi Pendidikan: Bagian 4 Pendidikan Lintas Bidang Pendidikan Pesantren: Pola Pengasuhan, Pembentukan Karakter Dan Perlindungan Anak. Jakarta:Publica Institut

Bappenas R.I. (2011) a. Pedoman Perencanaan Program Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta : Bappenas Republik Indonesia.

Indriyani. (2013). Aplikasi konsep & teori keperawatan maternitas postpartum dengan kematian janin. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Perdana F., Madanijah S., Ekayanti I., 2017, Pengembangan Media Edukasi Gizi Berbasis Android Dan Website Serta Pengaruhnya Terhadap Perilaku Tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar, Jurnal Gizi dan Pangan, 12.

Puastiningsih S. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Model Pembelajaran Think Pair Share terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Dalam Konsumsi Sayur. Univ Airlangga Surabaya. Published online 2018:1-146. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/76651>

Nurjanah, D., 2010. Penerapan Pembelajaran Kooperatif Think Pair Share Untuk Meningkatkan Minat Belajar Biologi Siswa Kelas X-3 SMAN 1 Mojolaban Tahun Pelajaran 2010/2011. [Skripsi] Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Anggraeni,A, Sukartini, & Kristiawati., 2017. Consumption of Fruit and Vegetable with Risk of Obesity in School-Age Children. Jurnal Ners, 12, p.27-32, https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JNERS/article/view/3448/pdf_1

Rahayu,J., 2012. Efektivitas Model Cooperative Learning Tipe TPS (Think-pairshare) Terhadap Hasil Belajar Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Siswa Pada Pelajaran Matematika Bangun Ruang Kelas V SD Gugus Hasanudin Kecamatan Andong Kabupaten Boyolali. [Skripsi] Universitas Kristen Satya Wacana

Kuswara RD, Ferdiana S, Dipalaya T, Sholihah I. Implementasi Model Pembelajaran Think Pair Share (TPS) Berbasis Lesson Study untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar dan Keterampilan Metakognitif Mahasiswa pada Matakuliah Pengembangan Kurikulum IPA SMP. Biosci J Ilm Biol. 2021;9(2):527. doi:10.33394/bioscientist.v9i2.4278

Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Bandung: Alfabeta.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta

Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2012.

Susanti, D., Doni, A. W. & Rustam, Y., 2018. Pengaruh

Pendidikan Kesehatan Pranikah Terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin di Lubuk Begalung Padang. Jurnal Sehat Mandiri, (VOL 13 NO 2 (2018)

Puastiningsih S. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Model Pembelajaran Think Pair Share terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Dalam Konsumsi Sayur. Univ Airlangga Surabaya. Published online 2018:1-146. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/76651>

Riyani Y. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa. J EKSOS [Internet]. 2012;8;19-25. Available from :<https://repository.polnep.ac.id/xmlui/bits%0Astream/handle/123456789/354/03YANI%0AR.pdf?sequence=1%0D>