

SKRIPSI

**PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI
BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR**



Oleh :

NI PUTU NOVI DARMA YANTI

NIM. P07131217046

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI
BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes
Denpasar**

Oleh :

**NI PUTU NOVI DARMA YANTI
NIM. P07131217046**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

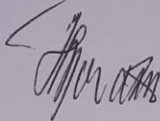
LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI
BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes.
NIP. 196208161985031004

Pembimbing Pendamping,



I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis.
NIP. 196708141991031002

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



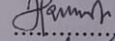
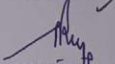
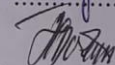
Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SKRIPSI DENGAN JUDUL:
PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI
BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 25 MARET 2021

TIM PENGUJI :

1. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes. (Ketua) 
2. A.A. Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes. (Anggota) 
3. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes. (Anggota) 

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Novi Darmayanti
NIM : P07131217046
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2020/2021
Alamat : Br.Dukuh, Desa Talibeng, Kec.Sidemen, Kab.Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengetahuan, Sikap, dan Praktek Gizi Berdasarkan Media Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar adalah benar **karya sendiri** atau **bukan plagiat hasil karya orang lain**.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karangasem, Maret 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Novi Darmayanti
NIM. P07131217046

PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI
BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR

ABSTRAK

Pedoman gizi seimbang diharapkan dapat menjadi pedoman bagi keluarga Indonesia untuk memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek tentang gizi seimbang pada anak sekolah dasar yaitu dengan pemanfaatan penggunaan media melalui pendidikan kesehatan seperti penyuluhan gizi, intervensi gizi serta edukasi gizi. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui pemanfaatan media pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktek gizi seimbang pada anak sekolah. Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam literature review yaitu anak sekolah dasar. Jumlah Pustaka yang akan dikaji yaitu sebanyak 14 jurnal. Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar). Hasil penelusuran pustaka menunjukkan bahwa ada perubahan pengetahuan yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah dengan menggunakan media berdasarkan penelitian dari (Haris, V.S.D., 2018), (Sofianita, N.I., 2018), (Nuryanto, dkk., 2014), (Priawantiputri, Witri, dkk., 2019), (Darni, Joyeti., 2020), (Mahmudah, Umi., 2019), (Nasution, A., A.S.N., 2020), (Pratama, P.A., dkk., 2018), (Nurmaningtyas, R., dkk.), (Anggraeni, N. & S. F., 2018), (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020), (Selviyanti, dkk. 2020), (Maslakah, N. & Z. S., 2017), dan (Trianasari, Septi, dkk. 2018). Ada perubahan sikap yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah menggunakan media berdasarkan penelitian (Haris, V.S.D., 2018), (Sofianita, N.I., 2018), (Nuryanto, dkk., 2014), (Nasution, A., A.S.N., 2020), dan (Pratama, P.A., dkk., 2018). Ada perubahan perilaku yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah menggunakan media berdasarkan penelitian (Sofianita, N.I., 2018), (Nasution, A., A.S.N., 2020), dan (Pratama, P.A., dkk., 2018).

Kata Kunci: Media Pendidikan Gizi, Pengetahuan, Sikap dan Perilaku

KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND NUTRITIONAL PRACTICE BASED ON BALANCED NUTRITION EDUCATION MEDIA IN BASIC SCHOOL CHILDREN

ABSTRACT

It is hoped that the balanced nutrition guidelines will serve as guidelines for Indonesian families to meet their nutritional and nutritional needs. One of the efforts made to increase knowledge, attitudes, and practices regarding balanced nutrition in elementary school children is the use of media through health education such as nutrition counseling, nutrition interventions and nutrition education. The purpose of writing this thesis is to determine the use of nutrition education media to increase knowledge, attitudes, and practices of balanced nutrition in school children. This thesis is a scientific writing using a literature study approach. The research subjects in the literature review were elementary school children. The number of literature that will be studied is 14 journals. Literature search is carried out through a database (Google Scholar). The results of literature search show that there is a significant change in knowledge after balanced nutrition education for school children using media based on research from (Haris, VSD, 2018), (Sofianita, NI, 2018), (Nuryanto, et al., 2014), (Priawantiputri, Witri, .dkk, .2019), (Darni, Joyeti., 2020), (Mahampang, Umi, 2019), (Nasution, A., ASN, 2020), (Pratama, PA, et al., 2018), (Nurmaningtyas, R., et al.), (Anggraeni, N. & SF. 2018), (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020), (Selviyanti, dkk. 2020), (Maslakah, N. & Z. S., 2017), and (Trianasari, Septi, dkk. 2018). There is a significant change in attitude after balanced nutrition education for school children using media based on research (Sofianita, NI, 2018), (Nuryanto, et al., 2014), (Nasution, A., ASN, 2020), and (Pratama, PA, et al., 2018). There is a significant change in behavior after balanced nutrition education for school children using media based on research (Sofianita, N.I., 2018), (Nasution, A., A.S.N., 2020), and (Pratama, P.A., et al., 2018).

Keywords: Nutrition Education Media, Knowledge, Attitudes and Behaviors

RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA

PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTEK GIZI BERDASARKAN MEDIA PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

**Ni Putu Novi Darmayanti
P07131217046**

Pola makan anak usia sekolah cenderung tinggi makanan jajanan dan rendah buah dan sayuran (L Endro, 2012). Masalah konsumsi pangan yang belum sesuai dengan PGS tersebut dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan praktik gizi yang rendah. Sosialisasi PGS untuk anak sekolah diperlukan untuk mengatasi permasalahan tersebut (Hayda, 2017). Menurut hasil Penilaian Status Gizi tahun 2017, pada anak sekolah umur 5-12 tahun pada Provinsi Bali prevalensi sangat kurus sebanyak 1,4% dan kurus 3,4% dihitung berdasarkan indikator IMT/U. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek tentang gizi seimbang khususnya mengenai Isi Piringku adalah melalui pendidikan kesehatan yaitu penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi adalah proses membantu sekelompok orang dalam membentuk kebiasaan makan yang baik serta bertujuan untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang lebih baik (Supariasa, 2013).

Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam literature review yaitu anak sekolah dan ibu balita. Jumlah Pustaka yang akan dikaji yaitu sebanyak 14 jurnal. Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar) yang dicari mulai tahun 2014-2020 berupa laporan hasil penelitian dan review yang membahas pemanfaatan media terhadap perubahan pengetahuan, sikap, praktik atau tindakan.

Terdapat perbedaan metode yang digunakan pada pustaka (*Haris, V.S.D., 2018*), (*Nuryanto, dkk., 2014*), dan (*Nurmaningtyas, R., dkk., 2020*) memiliki kesamaan

metode yaitu menggunakan eksperimen semu dengan rancangan *one group pretest-posttest design* digunakan dalam penelitian. Penelitian (Sofianita, N.I., 2018) dan (Maslakah, N. & Z. S., 2017) menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan *non randomized pre test and post test non control design*. Penelitian (Nasution, A., A.S.N., 2020) menggunakan metode pra Experimental design *one Group Pre-test Post-test design*. Penelitian (Priawantiputri, Witri, dkk.,2019), (Darni, Joyeti., 2020), (Mahmudah, Umi.,2019), (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020), (Selviyanti, dkk. 2020), dan (Trianasari, Septi, dkk. 2018) menggunakan metode eksperimen semu dengan desain penelitian *pre post test with control group design*. Penelitian (Pravasta, dkk., 2018) menggunakan metode semi eksperimental menggunakan wawancara dengan *pretest* dan *posttest*. Kemudian penelitian (Anggraeni, Nadya & S.F., 2018) menggunakan metode quasy experimental dengan rancangan *time series design*.

Variabel penelitian yang digunakan pada setiap pustaka memiliki perbedaan yaitu pada penelitian (Darni, Joyeti., 2020), (Mahmudah, Umi., 2019), (Nurmaningtyas, R., dkk.,2020), (Anggraeni, Nadya & S.F., 2018), (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020), (Selviyanti, dkk. 2020), (Maslakah, N. & Z. S., 2017), dan (Trianasari, Septi, dkk. 2018) variabel penelitiannya adalah pengetahuan. Pada penelitian (Haris, V.S.D., 2018) dan (Nuryanto, dkk., 2014) variabel penelitiannya adalah pengetahuan dan sikap. Pada penelitian (Sofianita, N.I., 2018), (Priawantiputri, Witri, dkk.,2019), (Nasution, A., A.S.N., 2020) dan (Pratama, P.A., dkk., 2018) variabel penelitiannya adalah pengetahuan, sikap, dan praktik.

Subjek penelitian dari ke-empatbelas jurnal menggunakan anak sekolah dasar. Uji Statistik yang digunakan dalam penelitian (Sofianita, N.I., 2018) dan (Darni, Joyeti., 2020) adalah uji paired t test. Penelitian yang dilakukan oleh (Haris, V.S.D., 2018), (Priawantiputri, Witri, dkk.,2019), (Nuryanto, dkk., 2014), dan (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020) menggunakan uji statistic Wilcoxon. Penelitian yang dilakukan oleh (Mahmudah, Umi., 2019), (Nurmaningtyas, R., dkk.,2020), (Maslakah, N. & Z. S., 2017) , dan (Trianasari, Septi, dkk. 2018) menggunakan *uji independent t-test atau mann- whitney dan paired t-test atau Wilcoxon test*. Penelitian yang dilakukan oleh

(Nasution, A., A.S.N., 2020) menggunakan uji *McNemar*. Penelitian yang dilakukan oleh (Pratama, P.A., dkk., 2018) menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dan *Mann Whitney*. Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh (Anggraeni, Nadya & S.F., 2018) dan (Selviyanti, dkk. 2020) menggunakan uji t-dependen.

Ada perubahan pengetahuan yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah dengan menggunakan media berdasarkan penelitian dari (Haris, V.S.D., 2018), (Sofianita, N.I., 2018), (Nuryanto, dkk., 2014), (Priawantiputri, Witri, dkk., 2019), (Darni, Joyeti., 2020), (Mahmudah, Umi., 2019), (Nasution, A., A.S.N., 2020), (Pratama, P.A., dkk., 2018), (Nurmaningtyas, R., dkk.), (Anggraeni, N. & S. F. 2018), (Utami, M. A. dan Sintha F. S., 2020), (Selviyanti, dkk. 2020), (Maslakah, N. & Z. S., 2017), dan (Trianasari, Septi, dkk. 2018). Ada perubahan sikap yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah menggunakan media berdasarkan penelitian (Haris, V.S.D., 2018), (Sofianita, N.I., 2018), (Nuryanto, dkk., 2014), (Nasution, A., A.S.N., 2020), dan (Pratama, P.A., dkk., 2018). Ada perubahan perilaku yang signifikan setelah dilakukan pendidikan gizi seimbang pada anak sekolah menggunakan media berdasarkan penelitian (Sofianita, N.I., 2018), (Nasution, A., A.S.N., 2020), dan (Pratama, P.A., dkk., 2018).

Daftar Bacaan : 27 (2007 – 2020)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis persembahkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa / Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya semata sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengetahuan, Sikap, dan Praktek Gizi Berdasarkan Media Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar”.

Berbagai pihak telah membantu untuk menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan, saran, tambahan ilmu, dan motivasi yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi ini.
2. I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis. selaku dosen pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan, saran, dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes. dan Bapak AA. Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes. sebagai penguji yang telah memberikan banyak koreksi, saran, dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
4. Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan di dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan, dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak/Ibu dosen dan staf pengawai Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis
8. Keluarga, teman-teman serta rekan-rekan yang telah banyak memberi masukan, saran, dan motivasi kepada penulis di dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi yang disusun masih jauh dari sempurna. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACK.....	vii
RINGKASAN USULAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Pengetahuan Gizi Seimbang.....	4
B. Sikap Gizi Seimbang.....	10
C. Praktek Gizi Seimbang.....	13
D. Media Penyuluhan.....	15
E. Pedoman Gizi Seimbang “Isi Piringku”.....	19
BAB III KERANGKA KONSEP.....	28
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Variabel Penelitian.....	28

BAB IV	METODE PENELITIAN.....	29
	A. Jenis	29
	B. Subjek.....	29
	C. Jumlah Pustaka Yang Dikaji.....	29
	D. Cara Pengumpulan Pustaka.....	29
	E. Cara Analisis.....	30
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
	A. Hasil.....	31
	B. Pembahasan.....	41
BAB VI	PENUTUP.....	47
	A. Kesimpulan.....	47
	B. Saran.....	47
	DAFTAR PUSTAKA.....	49
	LAMPIRAN.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerucut Edgar Dale.....	16
2. Pemanfaatan Media Pada Pendidikan Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktek Gizi Seimbang.....	28
3. Hasil Pengamatan Pengetahuan Siswa Mengenai Gizi Seimbang Sebelum Diberikan Perlakuan.....	31
4. Hasil Pengamatan Sikap Siswa Mengenai Gizi Seimbang Sebelum Diberikan Perlakuan.....	32
5. Hasil Pengamatan Praktek Siswa Mengenai Gizi Seimbang Sebelum Diberikan Perlakuan.....	33
6. Hasil Pengamatan Pengetahuan Siswa Mengenai Gizi Seimbang Sesudah Diberikan Perlakuan.....	34
7. Hasil Pengamatan Sikap Mengenai Gizi Seimbang Sesudah Diberikan Perlakuan.....	35
8. Hasil Pengamatan Praktek Siswa Mengenai Gizi Seimbang Sesudah Diberikan Perlakuan.....	36
9. Hasil Pengamatan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	38
10. Hasil Pengamatan Sikap Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	39
11. Hasil Pengamatan Praktik Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	40