



**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENINGKATAN
PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI SEIMBANG SISWA DAN
WALI MURID DI MADRASAH IBTIDAIYAH YYP BANDAR
LAMPUNG**

SKRIPSI

**MAILA KHAIRINA PUTERI AYU HAPSARI
2210714001**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**



**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENINGKATAN
PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI SEIMBANG SISWA DAN
WALI MURID DI MADRASAH IBTIDAIYAH YYP BANDAR
LAMPUNG**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

MAILA KHAIRINA PUTERI AYU HAPSARI

2210714001

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

NRP : 2210714001

Tanggal : 20 – 07 – 2026

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 20 Juli 2026

Yang Menyatakan,



(Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini saya menggunakan teknologi kecerdasan buatan (AI) dengan platform Gemini AI, ChatGPT, dan Scite AI untuk tujuan brainstorming serta pengecekan kesalahan ejaan atau penulisan dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan orisinalitas dan integritas seluruh isi skripsi ini

Nama : Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

NIM : 2210714001

Tanggal : 20 Juli 2026

Jakarta, 20 Juli 2026

Yang Menyatakan,



Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

Sebagaimana sivitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari
NRP : 2210714001
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi Pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Siswa dan Wali Murid Di Madrasah Ibtidaiyah YYP Bandar Lampung”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 20 Juli 2026

Yang menyatakan,



Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari
NIM : 2210714001
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : "Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Siswa dan Wali Murid Di Madrasah Ibtidaiyah YYP Bandar Lampung"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

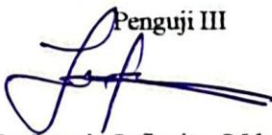
Penguji I (Ketua Penguji)


Dr. Ibnu Malkan Fakhru Ilmi, S.Gz., M.Si
NIP. 199001032018031001

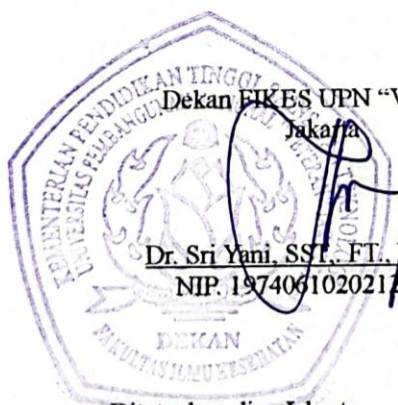
Penguji II


Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes
NIP. 198808162019031012

Penguji III

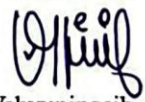

Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.kom., MKM
NIP. 198410202021212005

Mengetahui


Dekan FIKES UPN "Veteran"
Jakarta


Dr. Sri Yani, SST., FT., Pu., M.Si
NIP. 197406102021212005

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana


Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si
NIP. 199109042019032017

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 20 Juli 2026

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI SEIMBANG SISWA DAN WALI MURID DI MADRASAH IBTIDAIYAH YYP BANDAR LAMPUNG

Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

Abstrak

Pemenuhan gizi pada masa pertumbuhan sangat diperlukan untuk menunjang perkembangan fisik dan juga kognitif anak. Kebiasaan makan yang baik dapat didapat melalui pendidikan keluarga ataupun di sekolah. Wali murid merupakan penyedia makanan di rumah dan edukator bagi anak, sehingga keterlibatan wali murid dalam edukasi mengenai gizi seimbang sangat penting untuk mendukung perubahan pengetahuan dan sikap siswa. Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada anak usia sekolah dan wali murid. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental yang dilaksanakan dalam bentuk dua studi paralel pada dua populasi yang berbeda, yaitu siswa dan wali murid dengan menggunakan *one group pretest post-test design*. Sampel ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan absensi kehadiran siswa, sehingga didapatkan sebanyak 40 orang untuk siswa dan 34 orang untuk wali murid. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan intervensi dilakukan menggunakan media video dan *flashcard*. Data kemudian diuji menggunakan uji t dan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap pedoman gizi seimbang setelah diberikan edukasi gizi kepada siswa dan wali murid (*p value* <0,05).

Kata kunci: Siswa; wali murid; pengetahuan; sikap; gizi seimbang

THE INFLUENCE OF NUTRITION EDUCATION ON INCREASING STUDENTS' AND PARENTS' KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT BALANCED NUTRITION AT YYP BANDAR LAMPUNG ELEMENTARY SCHOOL

Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

Abstract

Adequate nutrition during growth is essential to support children's physical and cognitive development. Good eating habits can be fostered through family education and school education. Parents are both food providers at home and educators for their children, so their involvement in education about balanced nutrition is crucial for supporting changes in students' knowledge and attitudes. The purpose of this study was to determine the effect of providing balanced nutrition education on increasing knowledge and attitudes about balanced nutrition in school-age children and their guardians. This study used a pre-experimental method carried out in the form of two parallel studies in two different populations, namely students and guardians using one-group pretest post-test design. The sample was determined using a purposive sampling technique based on student attendance records, a sample of 40 students and 34 parents was obtained. Data collection was conducted using a questionnaire, and interventions were conducted using video and flashcard media. The data were then tested using a T-test and a Wilcoxon. The results of the study showed that there was an increase in knowledge and attitudes regarding balanced nutrition guidelines after nutrition education was provided to students and their parents (p value <0,05).

Keywords: Students; parents; knowledge; attitudes; balanced nutrition

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa dan Wali Murid Di Madrasah Ibtidaiyah YYP Bandar Lampung”. Skripsi ini dimaksudkan untuk sebagai pemenuhan syarat kelulusan dari Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si selaku Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana, Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., M.K.M selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran, masukan, serta dukungan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi, Bapak Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si selaku dosen penguji satu dan Bapak Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes selaku dosen penguji dua yang telah memberikan masukan serta saran yang membangun demi menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh Dosen Gizi UPN “Veteran” Jakarta atas ilmu dan bimbingan yang diberikan selama penulis berkuliah.

Ucapan terima kasih penulis juga sampaikan kepada seluruh keluarga, saudara, sahabat, rekan-rekan, serta seluruh pihak yang selalu memberikan penulis semangat, doa, dan bantuan mulai dari penulisan proposal hingga terselesaikannya penulisan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Jakarta, 20 Juli 2026

Penulis



Maila Khairina Puteri Ayu Hapsari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Anak Usia Sekolah Dasar	7
II.2 Wali Murid.....	10
II.3 Pedoman Gizi Seimbang.....	11
II.4 Pengetahuan Gizi	18
II.5 Sikap Terhadap Gizi Seimbang	22
II.6 Teori Perubahan Perilaku	23
II.7 Media	24
II.8 Matriks Penelitian Pendahuluan	26
II.9 Kerangka Teori	30
II.10 Kerangka Konsep.....	31
II.11 Hipotesis	31
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 33
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	33
III.2 Desain Penelitian	33
III.3 Populasi dan Sampel.....	34
III.4 Pengumpulan Data.....	36
III.6 Etik Penelitian.....	41
III.6 Definisi Operasional	42
III.7 Analisis Data.....	47
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 49
IV.1 Gambaran Umum Madrasah Ibtidaiyah YYP Bandar Lampung.....	49
IV.2 Analisis Univariat	50
IV.3 Analisis Bivariat.....	62
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	72

BAB V PENUTUP.....	73
V.1 Simpulan	73
V.2 Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	75
RIWAYAT HIDUP	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Penelitian Pendahuluan	26
Tabel 2	Desain Penelitian.....	33
Tabel 3	Definisi Operasional	42
Tabel 4	Usia Responden.....	50
Tabel 5	Jenjang Pendidikan Wali Murid Responden Siswa	52
Tabel 6	Jenjang Pendidikan Responden Wali Murid.....	53
Tabel 7	Persebaran Kelas Responden Siswa.....	53
Tabel 8	Jenis Kelamin Responden	54
Tabel 9	Peran Responden Wali Murid	55
Tabel 10	Pekerjaan Wali Murid Responden Siswa.....	55
Tabel 11	Pekerjaan Responden Wali Murid	57
Tabel 12	Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi	58
Tabel 13	Distribusi Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	58
Tabel 14	Distribusi Pengetahuan Wali Murid Sebelum dan Sesudah Intervensi	59
Tabel 15	Distribusi Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	60
Tabel 16	Distribusi Pengetahuan dan Sikap Responden Siswa Terkait Pedoman Gizi Seimbang	61
Tabel 17	Distribusi Pengetahuan dan Sikap Responden Wali Murid Terkait Pedoman Gizi Seimbang.....	62
Tabel 18	Hasil uji normalitas nilai pengetahuan responden siswa	63
Tabel 19	Hasil Uji Normalitas Nilai Sikap Responden Siswa.....	64
Tabel 20	Hasil Uji Normalitas Nilai Pengetahuan Responden Wali Murid	64
Tabel 21	Hasil Uji Normalitas Nilai Sikap Responden Wali Murid.....	65
Tabel 22	Hasil Uji Pengaruh Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Intervensi	66
Tabel 23	Hasil Uji Pengaruh Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Intervensi ...	67
Tabel 24	Hasil Uji Pengaruh Pengetahuan Wali Murid Sebelum dan Sesudah Intervensi	69
Tabel 25	Hasil Uji Pengaruh Sikap Wali Murid Sebelum dan Sesudah Intervensi	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	30
Gambar 2	Kerangka Konsep	31
Gambar 3	Alur Pengambilan Data	40
Gambar 4	Madrasah Ibtidaiyah YYP	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Rencana Pelaksanaan Kegiatan
- Lampiran 2 Lembar Uji Kelayakan Media Video
- Lampiran 3 Lembar Uji Kelayakan Media *Flashcard*
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Siswa
- Lampiran 6 Kuesioner Penelitian Siswa
- Lampiran 7 *Informed Consent*
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian Wali Murid
- Lampiran 9 *Storyboard* Media Video Siswa
- Lampiran 10 *Storyboard* Media *Flashcard* Siswa
- Lampiran 11 *Storyboard* Video Wali Murid
- Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 13 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 14 Lembar Izin Etik
- Lampiran 15 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 16 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 17 Lembar Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 18 Hasil Turnitin