



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA  
WAYANG DAN *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN 10  
PESAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

**SKRIPSI**

**MAULIDA AMALIA UTAMI**

**1610714035**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA**

**2020**



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA  
WAYANG DAN *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN 10  
PESAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

**SKRIPSI**

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

**MAULIDA AMALIA UTAMI**

**1610714035**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Maulida Amalia Utami  
NRP : 1610714035  
Tangg1 : 3 Juli 2020

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

Jakarta, 3 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Maulida Amalia Utami)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maulida Amalia Utami  
NRP : 1610714035  
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 skripsi saya yang berjudul :

**“Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Wayang dan *Booklet*  
Terhadap Pengetahuan 10 Pesan Gizi Seimbang  
Pada Anak Sekolah Dasar”**

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Ini Universitas Pembanguna 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 Skripsi dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 3 Juli 2020

Yang menyatakan,



(Maulida Amalia Utami)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:


Nama : Maulida Amalia Utami  
NRP : 1610714035  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Wayang dan *Booklet* Terhadap Pengetahuan 10 Pesan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar

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



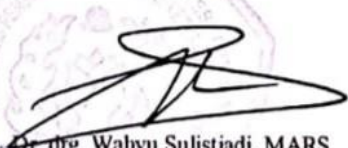
Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi

Ketua Penguji




M. Hilsan Amar, S.Gz., M.Kes

Penguji I




Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNVJ



Sintha Fransiske Simanungkalit S.Gz., MKM

Penguji II (Pembimbing)



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi

Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 3 Juli 2020

# **PENGARUH PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA WAYANG DAN *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN 10 PESAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

**Maulida Amalia Utami**

## **Abstrak**

Permasalahan gizi yang kurang baik pada anak sekolah dasar salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan untuk mengerti dan memahami pentingnya gizi dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai cara dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi salah satunya diberikan pembelajaran melalui penyuluhan gizi. Penggunaan media wayang dan *booklet* dalam penyuluhan gizi karena informasi yang disajikan lengkap, praktis dan lebih menarik dalam menyampaikan pesan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media wayang dan *booklet* terhadap pengetahuan 10 pesan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Quasi Experiment* dengan rancangan *Pretest-posttest with control group*. Populasi studi penelitian ini adalah anak kelas V SDN Mekar Mukti 06 sebanyak 46 orang dan pengetahuan gizi seimbang diperoleh dengan alat ukur angket. Dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan *mann-whitney*. Hasil data menemukan bahwa adanya pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media wayang dan *booklet* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar ( $p = 0,000 < 0,05$ ) dan adanya pengaruh penyuluhan gizi sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok perlakuan ( $p = 0,006 < 0,05$ ). Penyuluhan gizi menggunakan media wayang dan *booklet* berpengaruh terhadap pengetahuan. Terdapat perbedaan pada peningkatan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah penyuluhan pada kelompok wayang dan *booklet*.

**Kata Kunci** : Penyuluhan Gizi, Pengetahuan Gizi Seimbang, Wayang, *Booklet*

# **EFFECT OF NUTRITIONAL COUNSELING USING PUPPET MEDIA AND BOOKLET TOWARD THE KNOWLEDGE 10 BALANCED NUTRITION MESSAGES IN ELEMENTARY SCHOOLERS**

**Maulida Amalia Utami**

## **Abstract**

Poor nutritional problems in elementary school children is one of the lack of less education to know and understand the importance of nutrition in daily life. Various ways can be done to improve knowledge about nutrition one of them is given learning through nutrition counseling using puppet media and booklets. The use of puppet media and booklets in nutrition counseling because the information presented is complete, practical and more interesting in delivering balanced nutrition message. This research aims to determine the influence of nutritional counseling using puppet media and booklet on the knowledge of 10 balanced nutritional messages in elementary school children. The type of research used is Quasi Experiment research with pretest-posttest with control group. The population of this research study is a grade V subsidiary of SDN Mekar Mukti 06 as many as 46 people and balanced nutritional knowledge obtained by a questionnaire. With the sampling techniques used are purposive sampling. Data analysis using the Wilcoxon and Mann-Whitney Test. The results of the data found that there was an influence of nutrition counseling using puppet media and a booklet for balanced nutritional knowledge in elementary school children ( $p = 0,000 < 0.05$ ) and the influence of nutritional counseling before and after intervention in both treatment groups ( $p = 0.006 < 0, 05$ ). Nutritional counseling using puppet media and booklets affects knowledge. There is a difference in the improvement of nutritional knowledge before and after counseling in puppet group and booklets.

**Keywords** : Nutrition Counseling, Balanced Nutrition Knowledge, Puppet, Booklet

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Wayang dan *Booklet* Terhadap Pengetahuan 10 Pesan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar”. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak pernah lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang tidak terhingga kepada Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali ilmu dalam bimbingan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini. Juga kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd., M.Gizi dan Bapak M. Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan untuk skripsi ini.

Disamping itu, ucapan terimakasih juga disampaikan kepada kedua orang tua, saudara, dan teman-teman Gizi angkatan 2016 yang selalu memberikan doa dan motivasi kepada penulis. Penulis berharap semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Penulis juga menyadari masih ada berbagai kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu penulis mengharapkan berbagai masukan yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini.

Jakarta , 3 Juli 2020

Penulis

Maulida Amalia Utami



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	4
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
II.1 Anak Sekolah Dasar .....	6
II.2 Gizi Seimbang .....	6
II.3 Pengetahuan Gizi.....	11
II.4 Media Penyuluhan.....	13
II.5 Kerangka Teori.....	17
II.6 Kerangka Konsep .....	18
II.7 Hipotesis .....	18
BAB III METODE PENELITIAN .....	19
III.1 Waktu Dan Tempat Penelitian.....	19
III.2 Desain Penelitian.....	19
III.3 Populasi Dan Sampel.....	20
III.4 Teknik Pengumpulan Data .....	22
III.5 Etik Penelitian.....	25
III.6 Definisi Operasional.....	26
III.7 Analisis Data.....	26
III.8 Jadwal Penelitian.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	31
IV.1 Gambaran Umum Sekolah .....	31
IV.2 Hasil Analisis Univariat .....	33
IV.3 Hasil Analisis Bivariat .....	42

IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	45
BAB V PENUTUP .....	46
V.1 Kesimpulan .....	46
V.2 Saran .....	46
DAFTAR PUSTAKA .....	48
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perbedaan Sumber Protein Hewani dan Nabati .....	8
Tabel 2	Perbedaan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi.....	21
Tabel 3	Definisi Operasional.....	26
Tabel 4	Uji Validitas Kuesioner .....	27
Tabel 5	Uji Reabilitas Kuesioner.....	27
Tabel 6	Uji Validitas Media Wayang .....	28
Tabel 7	Uji Reabilitas Media Wayang .....	28
Tabel 8	Uji Validitas Media <i>Booklet</i> .....	29
Tabel 9	Uji Reabilitas Media <i>Booklet</i> .....	29
Tabel 10	Jadwal Penelitian.....	30
Tabel 11	Pembagian Ruangan dan Fasilitas di SDN Mekar Mukti 06 .....	31
Tabel 12	Rincian Jumlah Siswa Tiap Kelas.....	32
Tabel 13	Rincian Tenaga Pendidik dan Staf Karyawan.....	32
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Umur .....	33
Tabel 15	Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin .....	34
Tabel 16	Distribusi Pengetahuan Gizi Kelompok (Wayang).....	35
Tabel 17	Distribusi Pengetahuan Gizi Kelompok (Wayang+ <i>Booklet</i> ).....	35
Tabel 18	Distribusi Hasil Kuesioner Kelompok (Wayang) .....	37
Tabel 19	Distribusi Hasil Kuesioner Kelompok (Wayang+ <i>Booklet</i> ) .....	38
Tabel 20	Perbedaan Pengetahuan Gizi Media Wayang .....	40
Tabel 21	Perbedaan Pengetahuan Gizi Media Wayang + <i>Booklet</i> .....	41
Tabel 22	Perbedaan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi .....	42
Tabel 23	Perbedaan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi .....	43
Tabel 24	Perbedaan Rerata Pengetahuan Antar Kelompok Perlakuan .....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tumpeng Gizi Seimbang .....	11
Gambar 2	Kerangka Teori.....	17
Gambar 3	Kerangka Konsep .....	18
Gambar 4	Sample Size Determination in Health Studies .....	21
Gambar 5	Alur Pengumpulan Data.....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keterangan Etik Penelitian
Lampiran 2	Kartu Monitoring
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	Naskah Penjelasan
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Kuesioner ( <i>Pre-Test</i> )
Lampiran 7	Kuesioner ( <i>Post-Test</i> )
Lampiran 8	Kuesioner Uji Media
Lampiran 9	Media <i>Booklet</i>
Lampiran 10	Media Wayang
Lampiran 11	Validitas Reabilitas Kuesioner
Lampiran 12	Univariat
Lampiran 13	Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi
Lampiran 15	Matriks Penelitian Pendahuluan
Lampiran 16	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 17	Hasil Turnitin