

SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA TRAFFIC LIGHT CARD TERHADAP
PENGETAHUAN PEMILIHAN PRODUK
PANGAN BERKEMASAN**



MONICA THERESIA SIBARANI
P07131318001

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA TRAFFIC LIGHT CARD TERHADAP
PENGETAHUAN PEMILIHAN PRODUK
PANGAN BERKEMASAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



MONICA THERESIA SIBARANI
P07131318001

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi
"PENGARUH MEDIA TRAFFIC LIGHT CARD TERHADAP
PENGETAHUAN PEMILIHAN PRODUK PANGAN BERKEMASAN"

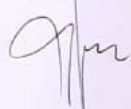
Disusun oleh:

MONICA THERESIA SIBARANI
P07131318001

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
31 MEI 2019

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Isti Suryani, DCN, M.Kes
NIP: 196510031989022001

Pembimbing Pendamping,



Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gizi
NIP: 198004052008122002

Yogyakarta, 31 MEI 2019

Ketua Jurusan Gizi



DR. Ir. I Made Sri Gunawan, M.Si
NIP: 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**"PENGARUH MEDIA TRAFFIC LIGHT CARD TERHADAP
PENGETAHUAN PEMILIHAN PRODUK PANGAN BERKEMASAN"**

Disusun Oleh:

MONICA THERESIA SIBARANI
P07131318001

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 11 Juni 2019

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Isti Suryani, DCN, M.Kes
NIP: 196510031989022001

Anggota,
Nugraheni TL, SKM, MPH
NIP: 196701141991032001

Anggota,
Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gizi
NIP: 198004052008122002

(.....)

(.....)

(.....)

Yogyakarta, 8 Juli 2019

Ketua Jurusan Gizi



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Monica Theresia Sibarani

NIM : P07131318001

Tanggal : 11 JUNI 2019

Yang Menyatakan,



(Monica Theresia Sibarani)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Monica Theresia Sibarani
NIM : P07131318001
Program Studi/Jurusan : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Judul Tugas Akhir : Pengaruh Media Traffic Light Card Terhadap Pengetahuan Pemilihan Produk Pangan Berkemasan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul:

Pengaruh Media Traffic Light Card Terhadap Pengetahuan Pemilihan Produk Pangan Berkemasan.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Yogyakarta
Pada Tanggal: Juli 2019
Yang Menyatakan



(Monica Theresia Sibarani)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Pengaruh Media *Traffic Light Card* (TLC) Terhadap Pengetahuan Pemilihan Produk Pangan Berkemasan” dapat terselesaikan dengan tepat pada waktunya.

Saya menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si., selaku Ketua Jurusan Gizi.
3. Dr. Agus Wijanarka, S.SiT, M.Kes., selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Diploma IV Gizi.
4. Isti Suryani, DCN, M.Kes., selaku pembimbing utama dan penguji yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga dan pikiran dalam penyusunan skripsi.
5. Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gizi., selaku pembimbing pendamping dan penguji yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga dan pikiran dalam penyusunan skripsi.
6. Nugraheni TL, SKM, MPH., selaku penguji yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga dan pikiran dalam penyusunan skripsi.
7. Teristimewa kepada Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral dalam penyusunan skripsi.
8. Teman-teman yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Juli 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiii
ABSTRAK	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
F. Keaslian Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
A. Telaah Pustaka	8
1. Promosi Kesehatan.....	8
2. Pengetahuan	9
3. Pengetahuan Gizi	11
4. Pangan Kemasan	12
5. Pembatasan Konsumsi Gula, Garam dan Lemak.....	13
6. Pemilihan Produk Pangan Berkemasan.....	18
7. <i>Traffic Light Card</i> (TLC)	20
8. Remaja.....	27
B. Kerangka Teori.....	30
C. Kerangka Konsep	30
D. Hipotesis.....	31

	Halaman
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Desain Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	33
C. Waktu dan Tempat Penelitian	34
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Definisi Operasional Variabel	34
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	35
G. Alat Ukur/Instrumen yang digunakan dalam Pengumpulan Data	36
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	38
I. Prosedur Penelitian	38
J. Manajemen data.....	41
K. Etika Penelitian.....	43
L. Keterbatasan Penelitian.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil	44
B. Pembahasan.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penjelasan Warna pada <i>Traffic Light Card</i>	24
Tabel 2. Kecukupan Gizi Rata-Rata Bagi Remaja (10-18 tahun) per hari.....	27
Tabel 3. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Pemilihan Produk Pangan Berkemasan	37
Tabel 4. Karakteristik Responden.....	46
Tabel 5. Hasil uji normalitas nilai kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ..	48
Tabel 6. Nilai <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> kelompok kontrol	49
Tabel 7. Nilai <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> kelompok perlakuan	51
Tabel 8. Perbandingan skor pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ...	52

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Anjuran Konsumsi Gula, Garam dan Lemak perhari	18
Gambar 2. Sistem Pelabelan dengan Traffic Light Color	24
Gambar 3. Kerangka Teori Pengaruh Media TLC Terhadap Pengetahuan	30
Gambar 4. Kerangka Konsep Pengaruh Media TLC Terhadap Pengetahuan Pemilihan Produk Pangan Berkemasan	30
Gambar 5. Rancangan Penelitian (<i>pre – post test with control design</i>).....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Penelitian	68
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	70
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian dan Soal <i>Pre-Test – Post-Test</i>	71
Lampiran 4. Kartu Belanja <i>Traffic Light Card</i>	78
Lampiran 5. Satuan Acara Penyuluhan.....	79
Lampiran 6. Materi Penyuluhan Gizi.....	83
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan	87
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas Sebaran Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	91
Lampiran 9. Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Data yang Berpasangan	92
Lampiran 10. Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Data yang Tidak Berpasangan	93
Lampiran 11. Daftar Hadir Responden	95
Lampiran 12. Surat Balasan Izin Penelitian Sekolah.....	99
Lampiran 13. <i>Ethical Clearence</i> Penelitian	101
Lampiran 14. Surat Edaran Izin Meneliti Kebangpol Pemerintah Daerah DIY..	102
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	103