

**SKRIPSI**

**PENGARUH KONSELING GIZI DENGAN BUKU SAKU BISMA  
(BERAT IDEAL SEHAT MASYARAKAT) DAN BROSUR  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP POLA MAKAN PADA  
PENYANDANG OBESITAS DI POSBINDU WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS DEPOK II DAN III**



**AISHA MAHIRA**  
**P07131218032**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**  
**JURUSAN GIZI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**PENGARUH KONSELING GIZI DENGAN BUKU SAKU  
BISMA (BERAT IDEAL SEHAT MASYARAKAT) DAN  
BROSUR TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP POLA  
MAKAN PADA PENYANDANG OBESITAS DI POSBINDU  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS DEPOK II DAN III**

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Terapan Gizi



**AISHA MAHIRA**

**P07131218032**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA**

**TAHUN 2021**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

"PENGARUH KONSELING GIZI DENGAN BUKU SAKU BISMA (BERAT IDEAL SEHAT MASYARAKAT) DAN BROSUR TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP POLA MAKAN PADA PENYANDANG OBESITAS DI POSBINDU WILAYAH KERJA PUSKESMAS DEPOK II DAN III"

Disusun Oleh :

AISHA MAHIRA

P07131218032

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

9 Juni 2021

Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



M. Dawam Jamil, S.KM, M.Kes.

NIP.196501091988031001



Rina Oktasari, S.SiT, M.Gizi

NIP.197910022008122001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**"PENGARUH KONSELING GIZI DENGAN BUKU SAKU BISMA (BERAT IDEAL SEHAT MASYARAKAT) DAN BROSUR TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP POLA MAKAN PADA PENYANDANG OBESITAS DI POSBINDU WILAYAH KERJA PUSKESMAS DEPOK II DAN III"**

Disusun Oleh  
**AISHA MAHIRA**  
P07131218032

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal : 8 April 2021

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua

Nur Hidayat, S.KM, M.Kes  
NIP.196804021992031003

Anggota

Rina Oktasari, S.SiT, M.Gizi  
NIP.197910022008122001

Anggota

M. Dawam Jamil, S.KM, M.Kes.  
NIP.196501091988031001

Yogyakarta, 9 Juni 2022

Ketua Jurusan Gizi dan Dietetika



Dr. Ir. L. Made Alit Gunawan, M.Si

NIP.196303241986031001

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Aisha Mahira  
NIM : P07131218032  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi

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

PENGARUH KONSELING GIZI DENGAN BUKU SAKU BISMA (BERAT IDEAL SEHAT MASYARAKAT) DAN BROSUR TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP POLA MAKAN PADA PENYANDANG OBESITAS DI POSBINDU WILAYAH KERJA PUSKESMAS DEPOK II DAN III

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, 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 : 3 Juni 2022

Yang menyatakan



(Aisha Mahira)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana terapan pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Joko Susilo, S.KM, M.Kes Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si. Selaku Ketua Jurusan Gizi dan Dietetika
3. Bapak DR. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes. Selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
4. Bapak M. Dawam Jamil, S.KM, M.Kes. Selaku Pembimbing Utama
5. Ibu Rina Oktasari, S.Si.T,M.Gz Selaku Pembimbing Pendamping
6. Bapak Nur Hidayat, S.KM, M.Kes Selaku Penguji
7. Subyek penelitian dan pihak yang membantu penelitian
8. Orang tua dan keluarga penulia yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
9. Sahabat yang telah banyak membantu penulis 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, Maret 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Ruang Lingkup .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	6
F. Keaslian Skripsi .....	8
BAB II .....	10
TINJAUAN PUSTAKA .....	10
A. Telaah Pustaka .....	10
B. Kerangka Teori .....	36
C. Kerangka Konsep .....	37
BAB III .....	39
METODE PENELITIAN .....	39
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	39
B. Rancangan Penelitian .....	39
C. Populasi dan Sampel .....	40
D. Waktu dan Tempat .....	43
E. Variabel Penelitian .....	43
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	44
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	45
H. Instrumen dan Bahan Penelitian .....	47
I. Uji Validasi dan Reliabilitas .....	48
J. Prosedur Penelitian .....	52
K. Manajemen Data .....	54
L. Etika Penelitian .....	57
BAB IV .....	59
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	59
A. Hasil Penelitian .....	59
B. Pembahasan Penelitian .....	65
BAB V .....	73
KESIMPULAN DAN SARAN .....	73
A. Kesimpulan .....	73
B. Saran .....	74

LAMPIRAN .....	80
----------------	----



## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Isi Piringku .....	35
Gambar 2. Kerangka Teori.....	36
Gambar 3. Kerangka Konsep .....	37
Gambar 4. Rancangan Penelitian.....	39

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Produk yang Dihasilkan.....	9
Tabel 2. Kisi – Kisi Pengetahuan dan Sikap .....	48
Tabel 3. Skala Likret.....	51
Tabel 4. Kriteria Skor .....	51
Tabel 5. Uji Normalitas Data .....	56
Tabel 6. Distribusi Responden .....	61
Tabel 7. Beda Pengetahuan Penyandang Obesitas Tentang Pola Makan .....	62
Tabel 8. Beda Sikap Penyandang Obesitas Tentang Pola Makan .....	63
Tabel 9. Perbedaan Kelompok Control dan Eksperimen .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> .....	81
Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Pelaksanaan (PSP).....	83
Lampiran 3. Layak Etik Penelitian .....	84
Lampiran 4. Form Identitas Responden .....	86
Lampiran 5. Kuesioner Penilaian Pengetahuan.....	87
Lampiran 6. Kunci Jawaban Kuesioner Penilaian Pengetahuan .....	89
Lampiran 7. Kuesioner Penilaian Sikap.....	90
Lampiran 8. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan .....	91
Lampiran 9. Kisi-Kisi Kuesioner Sikap .....	92
Lampiran 10. Analisis Soal Pengetahuan.....	93
Lampiran 11. Desain Buku Saku .....	96
Lampiran 12. Form Hasil Uji Media .....	100
Lampiran 13. Izin Penelitian .....	105
Lampiran 14. Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Pengetahuan.....	107
Lampiran 15. Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Sikap .....	108
Lampiran 16. Uji Deskriptif Data Pengetahuan dan Sikap .....	109
Lampiran 17. Uji Normalitas Data Pengetahuan dan Sikap.....	110
Lampiran 18. Uji Wilcoxon Data Pengetahuan dan Sikap .....	111
Lampiran 19. Uji Mannn-Whitney Data Pengetahuan dan Sikap .....	113
Lampiran 20. Dokumentasi Pelaksanaan .....	114