

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN VIDEO EDUKASI DIET GIZI
SEIMBANG MELALUI MEDIA BERBASIS *WEBSITE*
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMA



INDRI ARDELIA
NIM. P07131221016

PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN VIDEO EDUKASI DIET GIZI
SEIMBANG MELALUI MEDIA BERBASIS *WEBSITE*
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



INDRI ARDELIA

NIM. P07131221016

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Pengaruh Pemberian Vidio Edukasi Diet Gizi Seimbang melalui Media Berbasis
Website terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA”

Disusun Oleh:

INDRI ARDELIA

NIM. P07131221016

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal:

24 Maret 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

Pembimbing Pendamping



Lastmi Wayansari, S. Gz, MPH
NIP. 198007192001122002

Yogyakarta, 16 April 2025
Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM., M.Kes ✓
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“Pengaruh Pemberian Vidio Edukasi Diet Gizi Seimbang melalui Media Berbasis
Website terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA”

Disusun Oleh:

INDRI ARDELIA

NIM. P07131221016

Telah dipertahankan dalam seminar didepan Dewan Penguji

Pada tanggal: 25 Maret 2025

SUSUAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Slamet Iskandar, SKM, M. Kes
NIP. 197001051994031003

(.....)

Anggota,
Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

(.....)

Anggota,
Lastmi Wayansari, S. Gz, MPH
NIP. 198007192001122002

(.....)

Yogyakarta, 16 April 2025

Ketua Jurusan Gizi
menkes

Nur Hidayat, SKM, M. Kes ✓

NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORIENTASI

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

Nama : Indri Ardelia

NIM : P07131221016

Tanda Tangan : 

Tanggal : 29 Maret 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Indri Ardelia
NIM : P07131221016
Program Studi : Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi

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 Pemberian Vidio Edukasi Diet Gizi Seimbang melalui Media Berbasis *Website* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA”

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 : 24 Maret 2025

Yang menyatakan



(.....Indri Ardelia.....)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga penuli dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Vidio Edukasi Diet Gizi Seimbang melalui Media Berbasis *Website* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA” Penulis ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi 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 terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto. S,Pd., M. Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M. Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemkenkes Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Waluyo, STP. M. Kes selaku Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan.
4. Pembimbing Utama Bapak Susilo Wirawan, SKM, MPH dan Pembimbing Pendamping Ibu Lastmi Wayansari, S. Gz, MPH yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan dalam penyusunan Skripsi.
5. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M. Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan dan saran.
6. Kepada Almarhumah Ibu Eriyanti selaku ibunda saya tercinta bidadari surga saya, seorang ibu yang luar biasa hebat dan kuat. Alhamdulillah kini penulis sudah berada ditahap ini sebagai persembahan awal kepada ibu dari sekian banyak yang ingin penulis capai. Terimakasih sudah menjadi panutan, meskipun pada akhirnya harus berjuang tanpa dorongan semangat, do’a dan tanpa ibu temani.
7. Kepada Bapak Sukardi, Ibu Unon, Aa hamzah, Aa Agil, Hilmi, Ara serta keluarga besar yang telah memberikan doa, semangat, mendorong dan mendukung moral maupun material.

8. Sahabat – sahabat saya Ayunda Syahrina Laela, Atika Nur Azizah, Enggar Vionita yang telah memberi bantuan, memotivasi dan dukungan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
9. Teman saya Berlian, Aisyah, Wahyuni, Devi Dwi, Disa, Niken, Anandhita Ginaris, Rani Aqilah, Nada, Andi Putri, Nur Asti, Luthfia Damayanti yang menemani dan berjuang bersama.
10. Teman-teman Prodi Gizi Angkatan 2021 atas semangat dan kerjasama yang telah kita jalani selama proses perkuliahan di Kampus tercinta.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat dan dapat diterima bagi pengembang ilmu

Yogyakarta, 24 Maret 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN_PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORIENTASI.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	iix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRACT	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Ruang Lingkup	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian	9
G. Produk yang Dihasilkan	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori	37
C. Kerangka Konsep.....	38
D. Hipotesis Penelitian	38
BAB III METODOLOGI 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.....	44
F. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian.....	45
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	47

H. Instrumen dan Bahan Penelitian	49
I. Uji Validitas dan Reliabilitas	52
J. Prosedur Penelitian	58
K. Manajemen Data	60
L. Etika Penelitian	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	66
A. Hasil Penelitian	66
B. Pembahasan	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	101
A. Kesimpulan	101
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA.....	104
LAMPIRAN.....	108

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerucut Pengalaman	26
Gambar 2. Kerangka Teori.....	37
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian	38
Gambar 4. Rancangan Penelitian	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Produk Yang Dihasilkan	11
Tabel 3. Kecukupan Gizi Rata-Rata Bagi Remaja (10-19 Tahun).....	22
Tabel 4. Kisi-Kisi Materi Pada Media	49
Tabel 5. Kriteria Penilaian	50
Tabel 6. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Terhadap Gizi Seimbang	51
Tabel 7. Skala Likert 4 Poin.....	52
Tabel 8. Kisi-Kisi Kuesioner Sikap Tentang Gizi Seimbang	52
Tabel 9. Kriteria Hasil Penilaian Media.....	54
Tabel 10. Hasil Uji Validitas Pengetahuan	55
Tabel 11. Hasil Uji Validitas Sikap.....	56
Tabel 12. Kisi-Kisi Instrument Ahli Materi.....	57
Tabel 13. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	71
Tabel 14. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas	72
Tabel 15. Karakteristik Berdasarkan Pengalaman Informasi.....	72
Tabel 16. Hasil Uji Normalitas	74
Tabel 17. Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi	75
Tabel 18. Sikap Sebelum Diberikan Edukasi.....	76
Tabel 19. Pengetahuan Setelah Diberikan Edukasi.....	78
Tabel 20. Sikap Setelah Diberikan Edukasi	79
Tabel 21. Pengaruh Peningkatan Pengetahuan	80
Tabel 22. Pengaruh Peningkatan Sikap.....	82
Tabel 23. Efektivitas Metode Pemberian Edukasi Gizi	83

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Layak Etik.....	109
Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Penelitian	110
Lampiran 3. Informed Consent	112
Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap.....	113
Lampiran 5. Lembar Evaluasi Uji Ahli Materi	117
Lampiran 6. Uji Kelayakan Media Website.....	119
Lampiran 7. Uji Kelayakan Media Vidio.....	122
Lampiran 8. Uji Kelayakan Media Leaflet	125
Lampiran 9. Anggaran Penelitian	128
Lampiran 10. Media Edukasi Website Pokarez	129
Lampiran 11. Media Leaflet Diet Gizi Seimbang	132
Lampiran 12. Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Pengetahuan	133
Lampiran 13. Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Sikap	135
Lampiran 14. Hasil Uji Karakteristik Responden	137
Lampiran 15. Hasil Uji Normalitas	139
Lampiran 16. Hasil Uji Independent T-Test	140
Lampiran 17. Hasil Uji Paired T-Test	142
Lampiran 18. Uji Efektifitas Media	143
Lampiran 19. Jadwal Penelitian	144
Lampiran 20. Dokumentasi Kegiatan	145