

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI MELALUI *BOARD
GAME INTERACTIVE* DAN BUKU SAKU TERHADAP
PENGETAHUAN & SIKAP MENGENAI GIZI SEIMBANG
PADA ANAK SEKOLAH DASAR**



RAISYA KHAERANI FATIMAH

P07131221009

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

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI MELALUI *BOARD GAME INTERACTIVE* DAN BUKU SAKU TERHADAP PENGETAHUAN & SIKAP MENGENAI GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



RAISYA KHAERANI FATIMAH
P07131221009

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

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Efektivitas Penyuluhan Gizi Melalui *Board Game Interactive* dan Buku Saku Terhadap Pengetahuan & Sikap Mengenai Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar”

Disusun oleh :

RAISYA KHIAERANI FATIMAH

NIM. P07131221009

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

19 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes.
NIP. 196606181989021001



Esthy Rahman Asih, STP, M.Sc.
NIP. 198504152014022004

Yogyakarta.....2025

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“Efektivitas Penyuluhan Gizi Melalui *Board Game Interactive* dan Buku Saku Terhadap Pengetahuan & Sikap Mengenai Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar”

Disusun oleh :
RAISYA KHAERANI FATIMAH
NIM. P07131221009

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 19 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes.
NIP. 198811272014032002

(.....)

Anggota,
M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes.
NIP. 196606181989021001

(.....)

Anggota,
Esthy Rahman Asih, STP, M.Sc.
NIP. 198504152014022004

(.....)

Yogyakarta,2025
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Raisya Khaerani Fatimah

NIM : P07131221009

Tanggal :

Tanda Tangan :



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

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

Nama : Raisya Khaerani Fatimah
NIM : P07131221009
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
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:

Efektivitas Penyuluhan Gizi Melalui *Board Game Interactive* dan Buku Saku
terhadap Pengetahuan & Sikap Mengenai Gizi Seimbang
pada Anak Sekolah Dasar

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 : 20 Mei 2025

Yang menyatakan



(Raisya Khaerani Fatimah)

ABSTRAK

Latar Belakang: Permasalahan gizi pada anak usia sekolah dasar di Indonesia menjadi perhatian serius karena dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun di Indonesia masih cukup tinggi untuk kategori gemuk dan obesitas. Provinsi DIY memiliki tingkat status gizi di atas rata-rata nasional, dengan Kabupaten Sleman memiliki angka gemuk dan obesitas yang tinggi.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi dan membandingkan efektivitas penggunaan media *Board Games Interactive* dan Buku Saku dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

Metode: penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental* dengan *pretest-posttest with control group design*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan bulan Februari 2025. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SDN Demak Ijo 01 dan SDN Nogotirto. Analisa data menggunakan *uji paired Sample T-test* dan *uji Independent T-test* dengan uji alternative *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media *Board Game Interactive* efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa sekolah dasar, sedangkan penyuluhan dengan media Buku Saku tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa media *Board Game Interactive* lebih efektif dibandingkan dengan media Buku Saku dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

Kesimpulan: Media *Board Game Interactive* lebih efektif dibandingkan dengan media Buku Saku dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

Kata kunci: Media *Board Game Interactive*, Buku Saku, Pengetahuan Gizi Seimbang, Sikap Gizi Seimbang, Siswa Sekolah Dasar.

ABSTRACT

Background: Nutritional problems in elementary school-aged children in Indonesia are a serious concern due to their impact on children's growth and development. The prevalence of nutritional status in children aged 5-12 years in Indonesia is still quite high for the overweight and obese categories. DIY Province has a nutritional status level above the national average, with Sleman Regency having high rates of overweight and obesity.

Objective: The purpose of this study was to evaluate and compare the effectiveness of using Board Games Interactive media and Pocket Books in improving knowledge and attitudes about balanced nutrition in elementary school students.

Methods: This research is a quasi-experimental study with a pretest-posttest with control group design. This research was conducted from January to February 2025. The samples in this study were fifth-grade students at SDN Demak Ijo 01 and SDN Nogotirto. Data analysis used paired Sample T-test and Independent T-test with Wilcoxon and Mann Whitney alternative tests.

Results: This study shows that counseling with Board Game Interactive media is effective in improving knowledge and attitudes about balanced nutrition in elementary school students, while counseling with Pocket Book media does not show a significant effect. In addition, this study also shows that Board Game Interactive media is more effective than Pocket Book media in improving knowledge and attitudes about balanced nutrition in elementary school students.

Conclusion: Board Game Interactive media is more effective than Pocket Book media in improving knowledge and attitudes about balanced nutrition in elementary school students.

Keywords: Board Game Interactive Media, Pocket Book, Balanced Nutrition Knowledge, Balanced Nutrition Attitude, Elementary School Students.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Efektivitas Penyuluhan Gizi Melalui *Board Game Interactive* dan Buku Saku Terhadap Pengetahuan & Sikap Mengenai Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar”. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari Bapak M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes. selaku pembimbing utama dan Ibu Esthy Rahman Asih, STP, M.Sc. selaku pembimbing pendamping.

Adapun dalam penulisan Skripsi ini, penulis telah banyak mendapat banyak bantuan, bimbingan, dukungan, dan nasihat baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak 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 Kemenkes Yogyakarta.
- 3) Bapak Dr. Waluyo, STP, M. Kes selaku Ketua Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan.
- 4) Bapak M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes. selaku Dosen Pembimbing Utama.
- 5) Ibu Esthy Rahman Asih, STP, M. Sc selaku Dosen Pembimbing Pendamping.
- 6) Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes. selaku Dosen Penguji.
- 7) Kepala Sekolah SDN Demak Ijo 01 dan SDN Nogotirto, yang telah memberikan izin serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah yang dipimpin.
- 8) Para guru di SDN Demak Ijo 01 dan SDN Nogotirto, atas kerja sama, bantuan, serta informasi yang sangat berharga selama proses penelitian

berlangsung. Dukungan Bapak dan Ibu Guru sangat berarti dalam kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.

- 9) Para orang tua atau wali siswa, yang telah memberikan izin dan kepercayaan kepada penulis untuk melibatkan putra-putrinya sebagai subjek dalam penelitian ini.
- 10) Para siswa yang menjadi partisipan dalam penelitian, atas partisipasi aktif dan kerja sama yang sangat membantu proses pengumpulan data.
- 11) Kedua orang tua tercinta dan seluruh keluarga, yang selalu mendo'akan, memberikan semangat, serta dukungan moral dan materiil yang tak pernah putus.
- 12) Ahmad Marrisepiyono, yang telah memberikan bantuan secara nyata dalam bentuk dukungan material maupun pendampingan selama proses penelitian dan penyusunan skripsi. Bantuan yang diberikan sangat membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini.
- 13) Teman-teman seperjuangan Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Angkatan 2021 yang banyak membantu dan memotivasi dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Pada penyusunan skripsi ini tentunya banyak hal yang kurang sempurna karena memang kesempurnaan hanya milik Allah Subhanahu wa Ta'ala dan kekurangan ada diri penulis karena kefakiran ilmu dari penulis. Agar laporan ini lebih bermanfaat, maka saran dan kritik para pembaca sangat diperlukan sehingga laporan ini dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 2025

Penulis,

Raisya Khaerani Fatimah

NIM. P07131221009

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	
PEMBIMBING	Erro
r! Bookmark not defined.	
HALAMAN	
PENGESAHAN	Erro
r! Bookmark not defined.	
HALAMAN PERNYATAAN	
ORISINALITAS	Erro
r! Bookmark not defined.	
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	1
BAB I	
PENDAHULUAN	Erro
r! Bookmark not defined.	
A. Latar	
Belakang	Erro
r! Bookmark not defined.	
B. Rumusan	
Masalah.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
C. Tujuan	
Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
D. Ruang Lingkup	
Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
E. Manfaat	
Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
F. Keaslian	
Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
BAB II TINJAUAN	
PUSTAKA	Erro
r! Bookmark not defined.	
A. Telaah	
Pustaka.....	Erro
r! Bookmark not defined.	

C. Kerangka Teori.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
D. Kerangka Konsep	Erro
r! Bookmark not defined.	
E. Hipotesis Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
BAB III METODE	
PENELITIAN	Erro
r! Bookmark not defined.	
A. Jenis dan Design Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
B. Rancangan Percobaan.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
C. Populasi dan Sampel	Erro
r! Bookmark not defined.	
D. Waktu dan Tempat	Erro
r! Bookmark not defined.	
E. Variabel Penelitian dan Aspek – Aspek yang Diteliti/Diamati	Erro
r! Bookmark not defined.	
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	Erro
r! Bookmark not defined.	
H. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
I. Uji Validitas dan Realibilitas	Erro
r! Bookmark not defined.	
J. Prosedur Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
K. Manajemen data.....	Erro
r! Bookmark not defined.	

L. Etika	
Penelitian	Erro
r! Bookmark not defined.	
BAB IV HASIL DAN	
PEMBAHASAN	Erro
r! Bookmark not defined.	
A. Hasil	Erro
r! Bookmark not defined.	
B. Pembahasan	Erro
r! Bookmark not defined.	
BAB V KESIMPULAN DAN	
SARAN	Erro
r! Bookmark not defined.	
A. Kesimpulan	Erro
r! Bookmark not defined.	
B. Saran	Erro
r! Bookmark not defined.	
DAFTAR	
PUSTAKA	Erro
r! Bookmark not defined.	
LAMPIRAN	Erro
r! Bookmark not defined.	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 2.	Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang.....	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 3.	Kisi-kisi Kuesioner Sikap Siswa Tentang Gizi Seimbang.....	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 4.	Uji Reliabilitas.....	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 5.	Uji Normalitas Pengetahuan	Kategori Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 6.	Uji Normalitas Sikap.....	Kategori Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Responden	Karakteristik Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 8.	Uji Homogenitas Pengetahuan	Kategori Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan (Pre Test – Post Test pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 10.	Perbandingan Pengetahuan	Nilai Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 11.	Distribusi Nilai Sikap Sebelum dan Sesudah.....	Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 12.	Perbandingan Sikap.....	Nilai Erro r! Bookmark not defined.
Tabel 13.	Uji Mann Whitney Selisih Skor Pengetahuan Tingkat Efektivitas Media Board Game Interactive dan Buku Saku.....	Erro r! Bookmark not defined.

Tabel 14. Uji Independent T-Test Selisih Skor Sikap Tingkat Efektivitas Media Board Game Interactive dan Buku Saku..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori Penelitian.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 2 Kerangka Konsep	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 3 Rancangan Penelitian Tentang Penggunaan Media.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 4. Hasil Recall Energi	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 5. Hasil Recall Protein	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 6. Hasil Recall Lemak.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 7. Hasil Recall Karbohidrat	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 8. Hasil Recall Serat.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 9. Hasil Recall Energi	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 10. Hasil Recall Protein	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 11. Hasil Recall Lemak.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 12. Hasil Recall Karbohidrat	Erro
r! Bookmark not defined.	
Gambar 13. Hasil Recall Serat.....	Erro
r! Bookmark not defined.	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Lampiran 2. Uji Kelayakan Media Board Game Interactive	112
Lampiran 3. Uji Kelayakan Media Buku Saku.....	Erro
r! Bookmark not defined.4	
Lampiran 4. Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian.....	Erro
r! Bookmark not defined.	
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Responden	118
Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang	119
Lampiran 7. Kuesioner Sikap dengan Skala Likert	123
Lampiran 8. SAP	Erro
r! Bookmark not defined.	
Lampiran 9. Media <i>Board Game Interactive</i> dan Buku Saku.....	139
Lampiran 10. Analisis Data	148
Lampiran 11. Dokumentasi.....	157