

**SKRIPSI**

**PENGUNAAN MEDIA *E-TRAFFIC LIGHT CARD*  
DALAM PENYULUHAN TERHADAP PENINGKATAN  
PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI  
DALAM PENCEGAHAN KANKER PAYUDARA  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS**



**STELLA SHAVIRA DINI  
NIM. P71312325038**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2026**

**PENGUNAAN MEDIA *E-TRAFFIC LIGHT CARD*  
DALAM PENYULUHAN TERHADAP PENINGKATAN  
PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI  
DALAM PENCEGAHAN KANKER PAYUDARA  
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



**STELLA SHAVIRA DINI  
NIM. P71312325038**

**PRODI GIZI DAN SIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2026**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### Skripsi

Penggunaan Media *E-Traffic Light Card* Dalam Penyuluhan  
Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri  
Dalam Pencegahan Kanker Payudara  
di Sekolah Menengah Atas

*The Use of E-Traffic Light Card Media in Health Education  
To Improve Adolescent Girls' Knowledge And Attitudes  
Regarding Breast Cancer Prevention  
In High Schools*

Disusun oleh:

**STELLA SHAVIRA DINI**

NIM.P71312325038

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



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

Pembimbing Pendamping



Nur Hidayat, SKM, M.Kes  
NIP. 196804021992031003



Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM, M. Kes  
NIP. 196804021992031003

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

Penggunaan Media *E-Traffic Light Card* Dalam Penyuluhan  
Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri  
Dalam Pencegahan Kanker Payudara  
di Sekolah Menengah Atas

Disusun Oleh

STELLA SHAVIRA DINI  
NIM.P71312325038

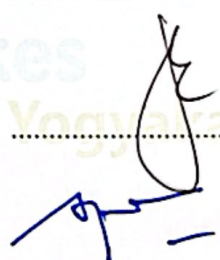
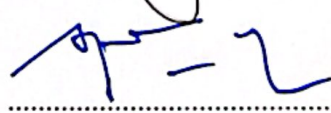
Teelah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada Tanggal:

### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,  
Joko Susilo, SKM, M.Kes  
NIP.196412241988031002

Anggota,  
Slamet Iskandar, SKM, M.Kes.  
NIP. 197001051994031003

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

8/1/26  
  
  


Yogyakarta,

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 : Stella Shavira Dini

NIM : P71312325038

Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, featuring a stylized 'S' followed by a series of loops and a horizontal line extending to the right.

Tanggal : 08 Juli 2026

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

---

Nama : Stella Shavira Dini

NIM : P71312325038

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Gizi

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

“Penggunaan Media *E-Traffic Light Card* Dalam Penyuluhan  
Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja putri  
Dalam Pencegahan Kanker Payudara  
di Sekolah Menengah Atas”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hal Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasi 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 : 09 Juli 2026  
Yang Menyatakan



(Stella Shavira Dini)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada prodi gizi dan dietetika program sarjana terapan jurusan 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 ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes, Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM. M. Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Lastmi Wayansari, S. Gz, MPH selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes. selaku pembimbing utama.
5. Nur Hidayat, SKM, M.Kes. selaku pembimbing pendamping.
6. Joko Susilo, SKM, M,Kes. selaku dosen penguji.
7. Drs.H. Suharja M.Pd selaku Kepala Sekolah SMA 1 Kasihan.
8. Isti Fatimah, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMA 2 Bantul.
9. Para Responden yang telah membantu proses penelitian.
10. Orang tua, kakak kandung dan kakak ipar saya yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan penuh baik material dan moral bagi penulis.
11. Saya Sendiri yang telah berjuang keras, yang tak kenal lelah, dan yang telah bertahan dalam setiap langkah penyusunan skripsi ini.
12. Sahabat saya yang dengan tulus memberikan semangat serta keceriaan dalam setiap langkah penyusunan skripsi.

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,.....  
Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                      | Halaman    |
|------------------------------------------------------|------------|
| HALAMAN JUDUL.....                                   | i          |
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....                 | ii         |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                              | iii        |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....                | iv         |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                             | v          |
| ABSTRAK.....                                         | vi         |
| <i>ABSTRACT</i> .....                                | vii        |
| KATA PENGANTAR.....                                  | viii       |
| DAFTAR ISI .....                                     | ix         |
| DAFTAR TABEL.....                                    | x          |
| DAFTAR GAMBAR .....                                  | xi         |
| LAMPIRAN.....                                        | xii        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                        | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang .....                              | 6          |
| B. Rumusan Masalah .....                             | 6          |
| C. Tujuan Penelitian .....                           | 6          |
| D. Ruang Lingkup .....                               | 7          |
| E. Manfaat Penelitian .....                          | 8          |
| F. Keaslian Penelitian .....                         | 10         |
| G. Rancangan Produk .....                            | 12         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                  | <b>13</b>  |
| A. Telaah Pustaka .....                              | 13         |
| B. Kerangka Teori .....                              | 43         |
| C. Kerangka Konsep .....                             | 44         |
| D. Hipotesis .....                                   | 44         |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>               | <b>44</b>  |
| A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....              | 45         |
| B. Populasi dan Sampel .....                         | 46         |
| C. Waktu dan Tempat .....                            | 50         |
| D. Variabel Penelitian .....                         | 50         |
| E. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....    | 51         |
| F. Jenis dan Teknik Pengumpulan data .....           | 52         |
| G. Langkah Penyusunan Media dan Kelayakan Media..... | 52         |
| H. Instrumen dan Bahan Penelitian .....              | 56         |
| I. Uji Validitas dan Reliabilitas .....              | 60         |
| J. Prosedur Penelitian .....                         | 61         |
| K. Manajemen Data .....                              | 65         |
| L. Etika Penelitian .....                            | 70         |
| M. Kelemahan Penelitian.....                         | 71         |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>              | <b>72</b>  |
| A. Hasil.....                                        | 72         |
| B. Pembahasan.....                                   | 99         |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>               | <b>125</b> |

|                            |            |
|----------------------------|------------|
| A. Kesimpulan.....         | 125        |
| B. Saran.....              | 126        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b> | <b>128</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>       | <b>141</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. Keaslian Penelitian .....                                                                                                 | 10 |
| Tabel 2. Penjelasan Warna Pada <i>Traffic Light Card</i> .....                                                                     | 40 |
| Tabel 3. Definisi Operasional Variabel .....                                                                                       | 51 |
| Tabel 4. Kriteria Kelayakkan Media .....                                                                                           | 55 |
| Tabel 5. Rekapitulasi Hasil Uji Kelayakkan Desa Media .....                                                                        | 55 |
| Tabel 6. Rekapitulasi Hasil Uji Kelayakkan Isi Materi Media .....                                                                  | 55 |
| Tabel 7. Kisi-kisi Media <i>E-Traffic Light Card</i> .....                                                                         | 57 |
| Tabel 8. Kisi-kisi Media <i>Leaflet</i> .....                                                                                      | 57 |
| Tabel 9. Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan <i>Pretest Posttest</i> .....                                                             | 58 |
| Tabel 10. Kisi-Kisi Kuesioner Sikap <i>Pretest Postes</i> .....                                                                    | 58 |
| Tabel 11. Instrumen Monev.....                                                                                                     | 59 |
| Tabel 12. Klasifikasi Skala Likert.....                                                                                            | 66 |
| Tabel 13. Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i> .....                                                                           | 68 |
| Tabel 14. Sarana dan Prasarana SMA 1 Kasihan .....                                                                                 | 73 |
| Tabel 15. Sarana dan Prasarana SMA 2 Bantul.....                                                                                   | 75 |
| Tabel 16. Karakteristik Responden Berdasarka Usia .....                                                                            | 75 |
| Tabel 17. Hasil Uji Statistik Deskriptif Skor Pengetahuan Kelompok ...                                                             | 76 |
| Tabel 18. Perbandingan Skor Pengetahuan Antar Kelompok .....                                                                       | 77 |
| Tabel 19. Hasil Uji Statistik Deskriptif Skor Sikap Antar Kelompok.....                                                            | 78 |
| Tabel 20. Perbandingan Skor Sikap Antar Kelompok .....                                                                             | 78 |
| Tabel 21. Hasil Lampiran Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i> .....                                                                  | 79 |
| Tabel 22. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Pengetahuan Responden Sebelum<br>dan Sesudah diberikan media <i>E-Traffic Light Card</i> ..... | 80 |
| Tabel 23. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Pengetahuan Responden Sebelum<br>Dan sesudah diberikan media <i>Leaflet</i> .....              | 81 |
| Tabel 24. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Sikap Responden Sebelum dan Sesudah<br>Diberikan Media <i>E-Traffic Light Card</i> .....       | 82 |
| Tabel 25. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Sikap Responden Sebelum dan Sesudah<br>Diberikan Media <i>Leaflet</i> .....                    | 84 |
| Tabel 26. Perbedaan Efektifitas Penyuyluhan Peningkatan Pengetahuan Pada<br>Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....                    | 85 |
| Tabel 27. Perbedaan Efektifitas Penyuyluhan Peningkatan Sikap Pada<br>Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....                          | 86 |
| Tabel 28. Besaran Peningkatan Pengetahuan dan Sikap (Delta skor dan<br>Presentase peningkatan) .....                               | 87 |
| Tabel 29. Effect Size Penggunaan Media <i>E-tTraffic Light Card</i> dan <i>Leaflet</i><br>Terhadap Pengetahuan dan Sikap .....     | 88 |
| Tabel 30. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 1. ....                                                         | 89 |
| Tabel 31. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 2 .....                                                         | 91 |
| Tabel 32. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 3 .....                                                         | 92 |
| Tabel 33. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 4 .....                                                         | 93 |
| Tabel 34. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 5 .....                                                         | 95 |
| Tabel 35. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 6 .....                                                         | 96 |
| Tabel 36. Monititoring Membaca <i>E-Traffic Light Card</i> Hari Ke 7 .....                                                         | 98 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerucut Edgar Dale .....         | 39 |
| Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian .....  | 43 |
| Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian ..... | 44 |
| Gambar 4. Rancangan Penelitian .....       | 45 |

## LAMPIRAN

|                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP).....                      | 142 |
| Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden .....                            | 144 |
| Lampiran 3. Surat Keterangan Layak Penelitian .....                       | 145 |
| Lampiran 4. Kuesioner Karakteristik Responden .....                       | 146 |
| Lampiran 5. Kuesioner Penelitian Pengetahuan .....                        | 146 |
| Lampiran 6. Kuesioner Penelitian Sikap .....                              | 148 |
| Lampiran 7. Media <i>E-Tarffic Light Card</i> .....                       | 150 |
| Lampiran 8. Media Leaflet .....                                           | 152 |
| Lampiran 9. Materi Media E-Traffic Light Card.....                        | 153 |
| Lampiran 10. Materi Media Leaflet .....                                   | 154 |
| Lampiran 11. Uji Materi Media <i>E-Traffic Light Card</i> dan Lealet..... | 155 |
| Lampiran 12. Uji Media <i>E-Traffic Light Card</i> .....                  | 156 |
| Lampiran 13. Uji Media Leaflet.....                                       | 157 |
| Lampiran 14. Uji Validitas Realibilitas Pengetahuan.....                  | 158 |
| Lampiran 15. Uji Validitas Realibilitas Sikap.....                        | 160 |
| Lampiran 16. Rekap Data Pengetahuan 2 Kelompok .....                      | 162 |
| Lampiran 17. Rekap Data Sikap 2 Kelompok .....                            | 163 |
| Lampiran 19. Uji SPSS .....                                               | 164 |
| Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian .....                                 | 174 |
| Lampiran 21. Cara Bermain Game <i>Quiz Khoot E-Traffic Light Card</i> ..  | 175 |