

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BUKU SAKU
"PIRING SEHAT" DALAM PENYULUHAN GIZI TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN
MAKANAN**



RAHMAH DWI YULIYANTI

P07131222045

**PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA
TERAPAN**

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BUKU SAKU
"PIRING SEHAT" DALAM PENYULUHAN GIZI TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN
MAKANAN**

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



RAHMAH DWI YULIYANTI

P07131222045

**PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA
TERAPAN**

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“Efektivitas Penggunaan Media Buku Saku “PIRING SEHAT” dalam Penyuluhan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Makanan”

“The Effectiveness of Using the “PIRING SEHAT” Pocket Book as a Nutrition Education Tool in Improving Knowledge and Attitudes Toward Food Selection”

Disusun oleh:

RAHMAH DWI YULIYANTI
P07131222045

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

23 Juni 2026.....



Kemenkes
Poltekkes Yogyakarta

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

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

Pembimbing Pendamping,

Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, 21 Juli 2026.....

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BUKU SAKU "PIRING SEHAT"
DALAM PENYULUHAN GIZI TERHADAP PENINGKATAN
PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN MAKANAN”

Disusun oleh:

RAHMAH DWI YULIYANTI
NIM. P07131222045

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal : 14 Juli 2016

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

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

(.....)

Anggota,

Kiki Natasia, S.Tr.Gz., M.Gz.
NIP. 199509172025062003

(.....)

Anggota,

Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

(.....)

Yogyakarta, 21 Juli 2016

Ketua Jurusan Gizi

(.....)

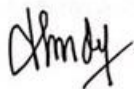
Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Rahmah Dwi Yuliyanti

NIM : P07131222045

Tanda Tangan : 

Tanggal : 14 Juli 2026

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

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

Nama : Rahmah Dwi Yuliyanti
NIM : P07131222045
Program Studi : 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:

Efektivitas Penggunaan Media Buku Saku "PIRING SEHAT" dalam Penyuluhan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Makanan

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 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 : 14 Juli 2024.....

Ya:   

(Rahmah Dwi Yuliyanti)

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 mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi 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. Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Bapak Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes
2. Ketua Jurusan Gizi Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes
3. Ketua Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Ibu Lastmi Wayansari, S.Gz, MPH
4. Pembimbing Utama sekaligus Ketua Dewan Penguji Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes
5. Pembimbing Pendamping sekaligus Anggota Dewan Penguji Ibu Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
6. Anggota Dewan Penguji Ibu Kiki Natasia, S.Tr.Gz., M.Gz
7. Kepala Sekolah SD Negeri 1 Kadipiro dan SD Negeri Ngrukeman
8. Siswa SD Negeri 1 Kadipiro dan SD Negeri Ngrukeman
9. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
10. Sahabat 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,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Ruang Lingkup.....	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori.....	38
C. Kerangka Konsep.....	38
D. Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
A. Jenis Penelitian dan Desain Penelitian.....	40
B. Rancangan Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel	41
D. Waktu dan Tempat Penelitian	43
E. Variabel Penelitian	44
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	46
H. Instrumen Penelitian.....	47
I. Uji Validitas dan Reliabilitas	49
J. Prosedur Penelitian.....	50

K. Manajemen Data	54
L. Etika Penelitian	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. Hasil Penelitian	60
B. Pembahasan.....	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	103
A. Kesimpulan	103
B. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA	105
LAMPIRAN.....	111

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel.....	45
Tabel 3. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	46
Tabel 4. Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan	48
Tabel 5. Kisi-kisi Kuesioner Sikap	48
Tabel 6. Pengkodean	55
Tabel 7. Karakteristik Subjek Penelitian.....	63
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas Data Pengetahuan dan Sikap	66
Tabel 9. Hasil Uji Homogenitas Data <i>Pre-test</i>	67
Tabel 10. Nilai Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media Buku Saku “PIRING SEHAT”	68
Tabel 11. Analisis Perbedaan Nilai Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media Buku Saku “PIRING SEHAT”	69
Tabel 12. Nilai Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media Buku Saku “PIRING SEHAT”	70
Tabel 13. Analisis Perbedaan Nilai Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media Buku Saku “PIRING SEHAT”	71
Tabel 14. Nilai Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT”	72
Tabel 15. Analisis Perbedaan Nilai Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT”	73
Tabel 16. Nilai Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT”	74
Tabel 17. Analisis Perbedaan Nilai Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Menggunakan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT”	75
Tabel 18. Peningkatan Nilai Pengetahuan berdasarkan Penggunaan Media Buku Saku dan <i>Leaflet</i>	75
Tabel 19. Efektivitas Media Buku Saku “PIRING SEHAT” dibandingkan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT” terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa	77
Tabel 20. Peningkatan Nilai Sikap berdasarkan Penggunaan Media Buku Saku dan <i>Leaflet</i>	78
Tabel 21. Efektivitas Media Buku Saku “PIRING SEHAT” dibandingkan Media <i>Leaflet</i> “PIRING SEHAT” terhadap Peningkatan Sikap Siswa.....	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	38
Gambar 2. Kerangka Konsep	38
Gambar 3. Rancangan Penelitian	40