SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

ANGGY PUTRI M. ARITONANG
P01031222068

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

Skripsi ini salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi (S.Tr.Gz) pada Program Studi D-IV Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

ANGGY PUTRI M. ARITONANG

P01031222068

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

Diusulkan Oleh

ANGGY PUTRI M. ARITONANG

P01031222068

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada Tanggal: 12 Oktober 2026

Pembimbing Utama

Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes

NIP.197906142002122004

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

ANGGY PUTRI M. ARITONANG

P01031222068

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 17 Juni 2026

Tim Penguji:

Tanda Tangan

1. Ketua Penguji : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes .....
2. Anggota 1 : Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes .....
3. Anggota 2 : Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN .....

Lubuk Pakam, 12 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

BIODATA PENULIS



Nama	: Anggy Putri M. Aritonang
Tempat/Tgl Lahir	: Tangerang, 06 Januari 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Jl. Bahagia By Pass No 30
Nomor HP	083191200013

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 060829 Medan
2. SLTP : SMP St. Antonius Medan
3. SLTA : SMA Negeri 14 Medan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama	: Anggy Putri M. Aritonang
NIM	: P01031222068
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul:

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

Apabila suatu saat saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 03 September 2026

Penulis



ANGGY PUTRI M. ARITONANG

NIM P01031222068

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI DENGAN VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN FREKUENSI KONSUMSI SARAPAN SISWA SD NEGERI 105328 DELI SERDANG

Anggy Putri M. Aritonang
Dibawah Bimbingan Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
anggieptri06@gmail.com

Masalah gizi pada anak usia sekolah sering kali disebabkan oleh pola makan yang kurang baik, salah satunya adalah kebiasaan melewatkan sarapan pagi yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan dan menurunkan konsentrasi belajar mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan frekuensi konsumsi sarapan siswa di SD Negeri 105328 Deli Serdang.

Metode penelitian ini adalah Pre-Experimental Design dengan rancangan One Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri 105328 Deli Serdang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga diperoleh sampel sebanyak 44 orang siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan seluruh responden (100%) berada pada kategori kurang sebelum edukasi, yang kemudian meningkat menjadi kategori baik sebanyak 77,3% dan cukup sebanyak 22,7% setelah diberikan edukasi. Sikap responden sebelum edukasi berada pada kategori kurang sebanyak 27,3%, baik sebanyak 6,8% dan cukup sebanyak 65,9%, kemudian mengalami peningkatan menjadi kategori baik sebanyak 72,7% dan cukup sebanyak 27,3% setelah diberikan edukasi. Selain itu, frekuensi konsumsi sarapan siswa yang awalnya berada pada kategori tidak pernah sarapan sebanyak 45,5%, jarang sebanyak 40,9% dan kadang-kadang 13,6%, meningkat menjadi kategori kadang-kadang dan selalu sarapan masing-masing sebanyak 38,6% dan kategori jarang sebanyak 22,7%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh edukasi dengan video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan frekuensi konsumsi sarapan siswa SD Negeri 105328 Deli Serdang.

Kata kunci: Edukasi, Pengetahuan, Sikap, Frekuensi Konsumsi.

ABSTRACT

THE EFFECT OF ANIMATED VIDEO EDUCATION ON KNOWLEDGE, ATTITUDE AND BREAKFAST CONSUMPTION FREQUENCY AMONG STUDENTS AT PUBLIC ELEMENTARY SCHOOL 105328 DELI SERDANG

Anggy Putri M. Aritonang
Under the guidance of Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: anggieptri06@gmail.com

Nutritional problems in school-aged children are often caused by poor dietary habits, one of which is skipping breakfast, which can adversely affect their health and reduce learning concentration. This study aims to determine the effect of animated video education on knowledge, attitude, and breakfast consumption frequency among students at Public Elementary School (SD Negeri) 105328 Deli Serdang.

The method of this study was a Pre-Experimental Design with a One Group Pretest-Posttest Design. The population in this study consisted of all 5th-grade students at Public Elementary School 105328 Deli Serdang. The sampling technique used total sampling, yielding a sample size of 44 students.

The results showed that prior to the education, the knowledge level of all respondents (100%) was in the poor category, which then increased post-education to the good category at 77.3% and the fair category at 22.7%. Regarding respondents' attitudes prior to the education, 27.3% were in the poor category, 6.8% in the good category, and 65.9% in the fair category; this subsequently improved post-education to 72.7% in the good category and 27.3% in the fair category. Furthermore, the students' breakfast consumption frequency—which initially showed 45.5% in the "never eat breakfast" category, 40.9% in the "rarely" category, and 13.6% in the "sometimes" category—increased to 38.6% each for the "sometimes" and "always" categories, and 22.7% for the "rarely" category. The conclusion of this study is that there is an effect of animated video education on the knowledge, attitude, and breakfast consumption frequency of students at Public Elementary School 105328 Deli Serdang.

Keywords: Education, Knowledge, Attitude, Consumption Frequency

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED
12 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **"Pengaruh Edukasi dengan Video Animasi Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Frekuensi Konsumsi Sarapan Siswa SD Negeri 105328 Deli Serdang ".**

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Herta Mastalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
2. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
3. Ibu Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam penulisan skripsi.
4. Bapak Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Dosen penguji I yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyempurnaan skripsi penulis.
5. Bapak Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku Dosen penguji II yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyempurnaan skripsi penulis.
6. Mama tercinta, Ibu Romaida Simarmata, terima kasih yang tak terhingga atas doa yang tidak pernah putus di malam hari, kesabaran tanpa batas, kasih sayang, kerja keras dan selalu mengusahakan apapun untuk penulis.
7. Bapak tercinta, Bapak Tuturan Aritonang, terima kasih yang tak terhingga untuk kerja keras, kasih sayang, serta setiap jeri payah dan rezeki yang di usahakan untuk kelancaran kuliah penulis.
8. Abang tercinta, Daniel H. Aritonang, Firman P. Aritonang dan Aris C. Aritonang yang selalu mendoakan penulis, menjadi sosok pelindung, memberi dukungan dan kasih sayang, serta pengorbanan mereka baik dari segi moril dan materi yang selalu diusahakan untuk kelancaran kuliah penulis.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini.

Anggy Putri M. Aritonang

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **i**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**
BIODATA PENULIS ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **viii**
DAFTAR TABEL ..... **x**
DAFTAR GAMBAR ..... **xi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**
A. Anak Sekolah 7
B. Sarapan Pagi 16
C. Pengetahuan, Sikap dan Frekuensi Konsumsi Sarapan 26
D. Edukasi Gizi 31
E. Video Animasi 34
F. Kerangka Teori 37
G. Kerangka Konsep 38
H. Defenisi Operasional 39
I. Hipotesis 41
BAB III METODE PENELITIAN **42**
A. Jenis dan Desain Penelitian 42
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian 42
C. Populasi Dan Sampel 43
D. Tahapan Penelitian 44
E. Skema Alur Penelitian 58

F. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data 58
G. Variabel Penelitian 60
H. Defenisi Operasional 60
I. Etika Penelitian 62
J. Alat Instrumen Penelitian 62
K. Pengolahan dan Analisis Data 62
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 64
A. Hasil 64
B. Pembahasan 69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 73
A. Kesimpulan 73
B. Saran 74
DAFTAR PUSTAKA 75

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah 12
2. Tabel 2. Defenisi Operasional 39
3. Tabel 3. Jadwal Pelaksanaan Edukasi 43
4. Tabel 4. Karakteritik Sampel..... 64
5. Tabel 5. Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan 65
6. Tabel 6. Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan..... 65
7. Tabel 7. Frekuensi Konsumsi Sarapan Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan..... 66
8. Tabel 8. Analisis Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan..... 67
9. Tabel 9. Analisis Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan..... 68
10. Tabel 10. Analisis Frekuensi Konsumsi Sarapan Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Video Animasi Tentang Sarapan..... 68

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Gambar 1. Kerangka Teori.....37
2. Gambar 2. Kerangka Konsep.....38
3. Gambar 3. Desain Penelitian.....42
4. Gambar 4. Tahapan Penentuan Sampel.....44
5. Gambar 5. Tahapan Pra-Penelitian.....51
6. Gambar 6. Skema Alur Penelitian.....58

DAFTAR LAMPIRAN

No Halaman

1. Lembar Persetujuan....82
2. Kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Frekuensi Konsumsi Sarapan....83
3. Satuan Acara Pembelajaran....90
4. Master Tabel Pengetahuan 101
5. Master Tabel Sikap....106
6. Master Tabel Frekuensi Konsumsi....109
7. Uji Univariat....111
8. Uji Bivariat 114
9. *Ethical Clereance* 117
10. Surat Izin Survei Pendahuluan....118
11. Balasan Surat Izin Survei Pendahuluan....119
12. Surat Izin Penelitian....120
13. Balasan Surat Izin Penelitian 121
14. Bukti Bimbingan Skripsi....122
15. Dokumentasi....125