

SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MENGGUNAKAN
MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN
TINDAKAN ANAK SEKOLAH DI SD NEGERI 04 LAUT TADOR
KABUPATEN BATU BARA SUMATERA UTARA**



DINDA SIREGAR

P01031221016

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2025**

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MENGGUNAKAN
MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN
TINDAKAN ANAK SEKOLAH DI SD NEGERI 04 LAUT TADOR
KABUPATEN BATU BARA SUMATERA UTARA**

Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**DINDA SIREGAR
P01031221016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

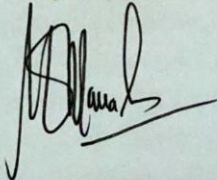
Judul : Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan
Menggunakan Media Video Animasi Terhadap
Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Anak Sekolah
Di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara
Sumatera Utara

Nama Mahasiswa : Dinda Siregar

Nomor Induk Mahasiswa : P01031221016

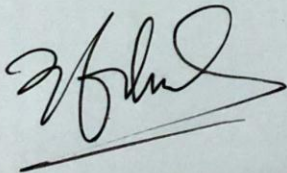
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui



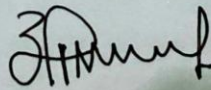
Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes

Pembimbing Utama



Berlin Sitanggang, SST, M.Kes

Penguji I



Erlina Nasution S.Pd, M.Kes

Penguji II

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 17 April 2025

ABSTRAK

DINDA SIREGAR “**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN ANAK SEKOLAH DI SD NEGERI 04 LAUT TADOR KABUPATEN BATUBARA SUMATERA UTARA**” (DIBAWAH BIMBINGAN MINCU MANALU)

Anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi dan kesehatan. Masalah gizi pada anak Sekolah Dasar merupakan kondisi ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh yang dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, sikap dan tindakan tentang gizi seimbang. Penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi dapat menjadi metode edukasi yang menarik dan efektif untuk pencegahan masalah gizi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador.

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 04 Laut Tador. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 13- 20 Januari 2025. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan desain *One Group Pre-Post Test*. Sampel penelitian berjumlah 90 siswa kelas IV, V dan VI yang diambil secara *total sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan setelah penyuluhan. Pengetahuan kategori baik meningkat dari 0% menjadi 100% ($p=0.000$). Sikap positif meningkat dari 4% menjadi 42%, sedangkan sikap negative siswa menurun dari 96% menjadi 58% ($p=0.000$). Tindakan siswa dalam kategori baik meningkat dari 0% menjadi 13%, kategori cukup meningkat dari 37% menjadi 65%, kategori kurang menurun dari 53% menjadi 22% dan kategori tidak baik menurun dari 10% menjadi 0% ($p=0.000$)

Kata kunci : Penyuluhan, Gizi Seimbang, Animasi, Pengetahuan, Sikap, Tindakan

ABSTRACT

DINDA SIREGAR, "THE EFFECT OF BALANCED NUTRITION COUNSELING USING ANIMATION VIDEO MEDIA ON THE KNOWLEDGE, ATTITUDE AND ACTIONS OF SCHOOL CHILDREN AT SD NEGERI 04 LAUT TADOR, BATU BARA REGENCY, NORTH SUMATRA" (CONSULTANT : MINCU MANALU)

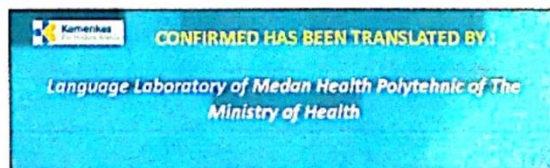
School-aged children (6–12 years old) are a group vulnerable to nutritional and health issues. Nutritional problems in elementary school children are a condition of imbalance between nutrient intake and body needs, which can be caused by a lack of knowledge, attitudes, and actions regarding balanced nutrition. Balanced nutrition counseling using animated video media can be an interesting and effective educational method to improve students' knowledge, attitudes, and actions in preventing nutritional problems.

The purpose of this study was to determine the effect of balanced nutrition counseling using animated video media on the knowledge, attitudes, and actions of school children at SD Negeri 04 Laut Tador.

The study was conducted at SD Negeri 04 Laut Tador from January 13–20, 2025. This research was a Quasi-Experiment with a One-Group Pretest-Posttest design. The sample consisted of 90 students from grades IV, V, and VI, selected using total sampling.

The results showed a significant increase after the counseling. Good knowledge increased from 0% to 100% ($p=0.000$). Positive attitudes increased from 4% to 42%, while negative attitudes decreased from 96% to 58% ($p=0.000$). Students' actions in the good category increased from 0% to 13%, the sufficient category increased from 37% to 65%, the less-than-adequate category decreased from 53% to 22%, and the not-good category decreased from 10% to 0% ($p=0.000$).

Keywords: Counseling, Balanced Nutrition, Animation, Knowledge, Attitude, Actio



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkat rahmad dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Anak Sekolah Di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara”**

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat dukungan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes, Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Bernike Doloksaribu SST, M.Kes, Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
3. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes, Dosen Pembimbing Utama.
4. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes, Dosen Penguji I.
5. Erlina Nasution S.Pd, M.Kes, Dosen Penguji II.
6. Erlina Hasibuan, S.Pd, Kepala Sekolah SD Negeri 04 Laut Tador.
7. Agus Herman Siregar dan Rosita Bintang, Orangtua Penulis.
8. Sarmila Siregar S.Pi, Saudara Perempuan Penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik dari semua pihak demi penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Peneliti	5
2. Bagi Responden	5
3. Bagi Sekolah	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Anak Usia Sekolah	6
1. Pengertian Anak Sekolah	6
2. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah	6
3. Masalah Gizi Anak Sekolah	6
B. Gizi Seimbang	7
1. Pengertian Gizi Seimbang	7
2. Pilar Gizi Seimbang	7
C. Isi Piringku	9
1. Pengertian Isi Piringku	9
2. Pesan Pada Isi Piringku	10
3. Porsi Isi Piringku	11
D. Penyuluhan	12
1. Pengertian Penyuluhan	12
2. Metode Penyuluhan	12

3. Media Penyuluhan.....	12
E. Pengetahuan	13
1. Pengertian Pengetahuan.....	13
2. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	13
3. Pengukuran Tingkat Pengetahuan.....	13
F. Sikap	13
1. Pengertian Sikap	13
2. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Sikap.....	14
G. Tindakan.....	14
1. Pengertian Tindakan	14
2. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Tindakan.....	14
H. Kerangka Teori	16
I. Kerangka Konsep.....	17
J. Definisi Operasional	18
K. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Lokasi dan Waktu	21
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel Penelitian	21
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	22
E. Tahap Penelitian.....	23
F. Pengolahan Data.....	24
G. Analisis Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	26
B. Hasil Penelitian	26
1. Hasil Analisis Univariat.....	26
2. Hasil Analisis Bivariat	30
C. Pembahasan	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	42

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Definisi Operasional.....	18
2. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur.....	27
3. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	27
4. Distribusi Sampel Berdasarkan Kelas.....	28
5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa.....	28
6. Distribusi Frekuensi Sikap Siswa.....	29
7. Distribusi Frekuensi Tindakan Siswa	29
8. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Siswa.....	30
9. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Sikap Siswa	30
10. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Tindakan Siswa.....	31

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Tumpeng Gizi Seimbang.....	8
2. Isi Piringku.....	10
3. Kerangka Teori	16
4. Kerangka Konsep Penelitian	17
5. Tahap Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Satuan Acara Penyuluhan	42
2. Kuesioner Penelitian	48
3. Master Tabel	54
4. Hasil Olah Data	88
5. Lembar Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden	93
6. Surat Izin Penelitian	94
7. Surat Balasan Penelitian.....	95
8. Surat EC Penelitian.....	96
9. Bukti Bimbingan Skripsi	97
10. Surat Pernyataan	100
11. Daftar Riwayat Hidup.....	101
12. Dokumentasi Penelitian	102