SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

INDAH YULI YANTI POHAN

P01031222146

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2026

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

Skripsi

Salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

INDAH YULI YANTI POHAN

P01031222146

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

Diusulkan oleh :

INDAH YULI YANTI POHAN

P01031222146

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada Tanggal 06 Oktober 2026

Pembimbing Utama

Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

NIP 196503081988031003

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr.Rina Doriana Pasaribu,SKM,M.Kes

NIP . 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :

Indah Yuli Yanti Pohan

P01031222146

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 07 Juli 2026

Tim Penguji :

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN .....
2. Anggota 1 : Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes .....
3. Anggota 2 : Sri Heryanto, SKM, M.Kes, RD .....

Lubuk Pakam, 20 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua prodi

Dr.Rina Doriana Pasaribu,SKM,M.Kes

NIP . 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama	: Indah Yuli Yanti Pohan
Tempat/Tanggal lahir	: Payasubut/23 November 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Dusun Tanjung Sunge, Desa Batang Tura Julu, Kecamatan Sipirok, Kabupaten Tapanuli Selatan
Nomor HP	: 082371747365

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN No. 101218 Nagasaribu
2. SLTP : MTsN 1 Tapanuli Selatan
3. SLTA : SMK Swasta Martabe Sipirok

INDAH YULI YANTI POHAN

P01031222146

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Indah Yuli Yanti Pohan
NIM	: P01031222146
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

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

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

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, 06 Oktober 2026

Penulis



INDAH YULI YANTI POHAN

P01031222146

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BUAH DAN SAYUR ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 101902 SEKIP

Indah Yuli Yanti Pohan, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

(Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan)

Email: Indahpohan201@gmail.com

Anak sekolah rentan mengalami masalah gizi karena kebutuhan zat gizi yang meningkat untuk menopang pertumbuhan dan perkembangan anak. Konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar masih rendah, padahal buah dan sayur penting bagi pertumbuhan dan kesehatan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang buah dan sayur pada anak sekolah dasar di SDN 101902 Sekip.

Penelitian ini menggunakan quasi experiment dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Sampel berjumlah 46 siswa kelas V dan VI yang dipilih dengan teknik total sampling. Edukasi diberikan menggunakan media video animasi tentang buah dan sayur. Pengetahuan dan sikap diukur menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah edukasi. Analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan $p<0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan Rata-rata pengetahuan meningkat dari 47,17% menjadi 76,09%, sedangkan sikap meningkat dari 53,04%menjadi 80,72%. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh signifikan edukasi gizi menggunakan video animasi terhadap pengetahuan ($p=0,001$) dan sikap ($p=0,001$).

Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa Edukasi gizi menggunakan media video animasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang buah dan sayur pada anak sekolah dasar. Media video animasi dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi gizi di sekolah.

Kata kunci: Edukasi gizi, video animasi, pengetahuan, sikap, buah dan sayur.

ABSTRACT

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING ANIMATED VIDEO MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES REGARDING FRUITS AND VEGETABLES AMONG ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS AT SDN 101902 SEKIP

Indah Yuli Yanti Pohan, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)
Email: Indahpohan201@gmail.com

School-aged children are vulnerable to nutritional problems due to increased nutritional needs to support their growth and development. Fruit and vegetable consumption among elementary school students remains low, even though fruits and vegetables are essential for growth and health. This study aims to determine the effect of nutrition education using animated video media on knowledge and attitudes regarding fruits and vegetables among elementary school students at SDN 101902 Sekip.

This study used a quasi-experimental method with a One Group Pretest-Posttest Design. The sample consisted of 46 fifth and sixth-grade students selected using a total sampling technique. Education was provided using animated video media about fruits and vegetables. Knowledge and attitudes were measured using questionnaires before and after the education. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test with $p < 0.05$.

The results showed that the average knowledge increased from 47.17% to 76.09%, while attitudes increased from 53.04% to 80.72%. The Wilcoxon test results indicated a significant effect of nutrition education using animated videos on knowledge ($p = 0.001$) and attitudes ($p = 0.001$).

The conclusion of the study indicates that nutrition education using animated video media has an effect on improving knowledge and attitudes regarding fruits and vegetables among elementary school students. Animated video media can be used as one of the nutrition education media in schools.

Keywords: Nutrition education, animated video, knowledge, attitude, fruits and vegetables.



06 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang buah dan sayur anak sekolah dasar di SD Negeri 101902 Sekip".

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Dr. Rina Doriana, SKM, M. Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
5. Sri Heryanto, SKM, M.Kes, RD atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Syafar Magabe Pohan, Ibu Endang Suryanti Hutabarat, dan saudara kandung Fadli Ramdani Pohan, Ridwan Saleh Pohan, Rahmad Aditya Pohan Yang selalu memberikan doa dan dukungan kepada penulis.
7. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Indah Yuli Yanti Pohan

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **i**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**

BIODATA PENULIS ..... **iii**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**

ABSTRAK ..... **v**

ABSTRACT ..... **vi**

KATA PENGANTAR ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **viii**

DAFTAR GAMBAR ..... **xii**

DAFTAR TABEL ..... **xiii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**

BAB I **1**

PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
   1. Tujuan Umum 4
   2. Tujuan Khusus 4
D. Manfaat 4
   1. Manfaat bagi institusi Pendidikan 4
   2. Manfaat bagi peneliti 4
   3. Manfaat bagi anak sekolah dasar 4

BAB II **5**

TINJAUAN PUSTAKA **5**

A. Anak Usia Dasar 5
   1. Pengertian anak usia dasar 5
   2. Fase perkembangan anak 5

3. Prinsip-prinsip perkembangan anak 6
4. Faktor tumbuh kembang 6
B. Edukasi Gizi 7
1. Pengertian edukasi gizi 7
2. Tujuan dan manfaat edukasi gizi 7
3. Metode edukasi gizi 8
C. Media Video Animasi 8
1. Pengertian video animasi 8
2. Keunggulan video animasi 9
3. Kelemahan video animasi 9
D. Pengetahuan 9
1. Pengertian pengetahuan 9
2. Tingkat pengetahuan 10
3. Pengaruh pengetahuan terhadap perilaku 11
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan 11
E. Sikap 12
1. Pengertian sikap 12
2. Komponen sikap 12
F. Buah dan Sayur 12
1. Pengertian buah dan sayur 12
2. Kandungan gizi buah dan sayur 13
3. Standar konsumsi buah menurut WHO/kemenkes 14
4. Manfaat konsumsi buah dan sayur 15
5. Faktor yang memengaruhi rendahnya konsumsi buah dan sayur 15
6. Data Konsumsi Buah-buahan 16
7. Data Konsumsi Sayur 18
G. Penelitian Terdahulu 20
H. Kerangka Teori 23
I. Kerangka Konsep 24
J. Defenisi Operasional 25
K. Hipotesis Penelitian 27
BAB III 28
METODOLOGI PENELITIAN 28

A. Pendekatan Penelitian 28
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian 28
C. Jenis Dan Desain Penelitian 28
1. Jenis Penelitian 28
2. Desain Penelitian 28
D. Populasi Dan Sampel Penelitian 29
1. Populasi 29
2. Sampel 29
E. Tahap Pemberian Intervensi 29
F. Jenis Data 31
G. Cara menyiapkan media edukasi 31
H. Pengumpulan Data 32
1. Pre - Test 32
2. Intervensi 32
3. Post – Test 32
I. Pengolahan Data 33
1. Data identitas sampel 33
2. Data pengetahuan 33
3. Data Sikap 33
J. Analisis Data 34
1. Analisi Univariat 34
2. Analisis Bivariat 34
BAB IV 35
HASIL DAN PEMBAHASAN 35
A. HASIL 35
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 35
2. Gambaran Karakteristik Sampel 36
3. Intervensi 37
4. Pengetahuan Responden 39
5. Sikap responden 40
B. PEMBAHASAN 42
1. Karakteristik responden 42

2. Pengetahuan anak sekolah dasar tentang buah dan sayur sebelum dan sesudah intervensi. 42
3. Sikap anak sekolah dasar tentang konsumsi buah dan sayur sebelum dan sesudah intervensi 44
4. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Anak Sekolah Dasar. ... 45
BAB V 47
KESIMPULAN DAN SARAN 47
A. Kesimpulan 47
B. Saran 47
DAFTAR PUSTAKA.....49
LAMPIRAN.....52

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Porsi Buah dan Sayur 13
Gambar 2.Kerangka Teori 23
Gambar 3.Kerangka Konsep 24

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.Kandungan Zat Gizi Buah Per 100 Gram 13
Tabel 2.Kandungan zat gizi Sayur per 100 gram 14
Tabel 3.Rata-rata Konsumsi Buah 16
Tabel 4.Rata-rata Konsumsi Sayur-sayuran 18
Tabel 5.Defenisi Operasional 25
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas 36
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur 36
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 37
Tabel 9. Alur Pelaksanaan Intervensi 37
Tabel 10.Rata-rata pengetahuan responden sebelum dan sesudah edukasi 39
Tabel 11.Kategori pengetahuan responden sebelum dan sesudah edukasi 39
Tabel 12.Pengaruh Eduaksi Gizi tentang buah dan sayur terhadap pengetahuan anak sekolah dasar 40
Tabel 13.Rata-rata sikap responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi 40
Tabel 14.Kategori sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi 40
Tabel 15.Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Menggunakan Video Animasi terhadap sikap anak sekolah dasar 41
Tabel 16.Hasil Uji Wilcoxon Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar 41

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1.Bukti Bimbingan 52
Lampiran 2.Surat Izin Penelitian 55
Lampiran 3.Surat Balasan Penelitian 56
Lampiran 4. Surat Keterangan Layak Etik 57
Lampiran 5.Jadwal Penelitian 58
Lampiran 6.Pernyataan persetujuan 59
Lampiran 7.Kuesioner Penelitian 60
Lampiran 8.Lembar Kuesioner Sikap 65
Lampiran 9.Link Media Edukasi 66
Lampiran 10.Media Edukasi 1 67
Lampiran 11.Media Edukasi 2 68
Lampiran 12.Media Edukasi 3 69
Lampiran 13.Pengolahan Data 70
Lampiran 14.Dokumentasi Penelitian 75
Lampiran 15.Pengetahuan Pre Test 76
Lampiran 16.Sikap Pre Test 78
Lampiran 17.Pengetahuan Post Test 80
Lampiran 18.Sikap Post Test 82
Lampiran 19.Master Tabel Pengetahuan Sebelum Edukasi 84
Lampiran 20.Master Tabel Sikap Sebelum Edukasi 87
Lampiran 21.Master Tabel Pengetahuan Sesudah Edukasi 90
Lampiran 22.Master Tabel Sikap Sesudah Edukasi 93