

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI MELALUI KARTU GIZI
SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP SISWA**

SKRIPSI



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2022**

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI MELALUI KARTU GIZI
SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP SISWA**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)**

Oleh :

**Mutiara Husna Sari Dewi
NIM : 0801181111**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2022**

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI MELALUI KARTU GIZI SEIMBANG
TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP SISWA**

Mutiara Husna Sari Dewi
NIM : 0801181111

ABSTRAK

Latar Belakang : Kartu gizi seimbang adalah salah satu permainan yang terdiri dari penjelasan yang menjelaskan tentang gizi seimbang serta menampilkan visualisasi yang menarik sehingga memudahkan siswa menyerap informasi yang diberikan melalui kartu gizi seimbang. Menurut beberapa penelitian permainan yang menarik dapat membantu anak dalam mengembangkan akhlak, intelektual, keahlian serta kecapakapan. Survey awal menunjukkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang masih dalam kategori kurang. **Tujuan Penelitian :** untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi melalui kartu gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi. **Metode :** jenis penelitian ini yaitu *quasi experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Jumlah populasi berjumlah 64 siswa dan jumlah sampel berjumlah 64 siswa. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan menggunakan *Total Sampling*. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95%. **Hasil :** Uji statistic menunjukkan ada perbedaan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah permainan kartu gizi seimbang dengan nilai *P-Value* = 0,000 atau *P*=<0,05. **Kesimpulan :** pada penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan permainan kartu gizi seimbang.

Kata Kunci : permainan, kartu gizi seimbang, pengetahuan, sikap.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Mutiara Husna Sari Dewi
NIM : 0801181111
Judul : Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Kartu Gizi Seimbang
Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa

Dinyatakan Bahwa Skripsi Dari Mahasiswa Ini Telah Disetujui, Diperiksa Dan
Dipertahankan Di Hadapan Tim Pengaji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UIN SU Medan)

Medan, 22 Agustus 2022

Menyetujui :

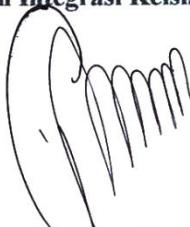
Pembimbing I

Dosen Pembimbing Umum


Delfriana Ayu A., SST., M.Kes
NIP. 11000000083

Pembimbing II

Dosen Integrasi Keislaman


Dr. Jufri Naldo, M.A
NIP. 198606262015031007

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI MELALUI KARTU GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA

Yang Dipersiapkan dan Dipertahankan Oleh :

Mutiara Husna Sari Dewi
0801181111

Telah Diujji Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal 22 Agustus 2022 Dan

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Di Terima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Fitriani Pramita Gurning., SKM. M.Kes
NIP. 1100000110

Penguji I



Delfriana Ayu A, SST.,M.Kes
NIP. 1100000083

Penguji II



Yulia Khairina Ashar, SKM.,MKM.
NIP. 199307312019032018

Penguji Integrasi Keisfaman



Dr. Jufri Naldo, M.A
NIP. 198606262015031007

Medan, 22 Agustus 2022
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
PLT Dekan,



Dr. Mhd. Furqan., S.Si., M.Comp., Sc
NIP. 198008062006041003

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Mutiara Husna Sari Dewi
NIM : 0801181111
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat Lahir : Medan, 11 Mei 2000
Judul : Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Kartu Gizi Seimbang
Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa ,

Dengan Ini Menyatakan Bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang saya ajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar strata satu di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utama Medan.
2. Semua referensi yang saya gunakan dalam penulisan skripsi ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utama Medan.
3. Jika di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya saya asli atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utama Medan.

Medan, 22 Agustus 2022



REPU^{BL}LIS^{BL}TA^{BL} RUPAH^{BL}
TD. 25 METERAI TEMPEL
B9AKX088075689
Mutiara Husna Sari Dewi
NIM : 0801181111

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

(Curriculum Vitae)

DATA PRIBADI

Nama	: Mutiara Husna Sari Dewi
Tempat/Tanggal Lahir	: Medan, 11 Mei 2000
Jenis Kelamin	: Perempuan
Status	: Belum Menikah
Kewarganegaraan	: Indonesia
Alamat	: Jl. Air Bersih Ujung No. 204 Medan
Email	: mutiarahusnas@gmail.com

DATA ORANG TUA

Nama Ayah	: Mulyadi
Pekerjaan	: Wiraswasta
Nama Ibu	: Syarifah Siregar
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Alamat	: Jl. Air Bersih Ujung No. 204 Medan

DATA PENDIDIKAN FORMAL

SD	UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
SMP	: SD NEGERI 067091 MEDAN
SMA	: SMP NEGERI 3 MEDAN
	: SMA NEGERI 6 MEDAN

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahamatullahi Wabarakatuh

Puji syukur hanya pantas bermuara pada-Nya, pada Allah ta“ala, yang Maha Agung yang telah menganugerahkan securah rahmat dan berkah-Nya kepada makhluk-Nya. Dan telah memberikan kekuatan dan keteguhan hati sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Kartu Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa”**. Shalawat dan salam dengan tulus dihantarkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, Rasul yang menjadi panutan sampai akhir masa.

Hasil penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan banyak terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syahrin Harahap, MA. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
2. Bapak prof. Dr. Syafaruddin, M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Mhd. Furqan, S.Si., M.Comp.Sc selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Bapak Dr. Watni Marpaung, MA selaku Wakil Dekan II Bidang Keuangan dan Perlengkapan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

5. Bapak Dr, Salamuddin, MA selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Ibu Susilawati, SKM, M.Kes Selaku Ketua Program Studi Islam Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
7. Ibu dr. Nofi Susanti, M.Kes selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Ibu Delfriana Ayu A, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Skripsi sekaligus dosen pembimbing Akademik (PA) saya yang telah banyak memberi arahan, bimbingan, nasehat serta memberikan motivasi bagi saya sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.
9. Bapak. Dr. Jufri Naldo, M.A. selaku Dosen Pembimbing Integrasi Keislaman yang telah banyak memberi arahan dan bimbingan dalam perbaikan kajian integrasi keislaman serta meluangkan waktu untuk berdiskusi.
10. Ibu Fitriani Pramita Gurning,, SKM. M.Kes selaku ketua penguji skripsi saya yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
11. Ibu Yulia Khairina Ashar, SKM., MKM. selaku dosen penguji II saya yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
12. Para dosen dan staff di Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN SU Medan mulai dari awal masuk bangku kuliah yang sudah memberikan pelajaran, motivasi dan bimbingan.

13. Kepala sekolah SMP Islam Annizam, Bapak Robin Ginting, M.Pd serta jajaran yang telah memberikan izin melakukan survey awal, penelitian dan memberikan informasi terkait dalam penyelesaian skripsi ini
14. Yang teristimewa kedua orang tua saya, Ayahanda Mulyadi dan Ibunda Syarifah Siregar yang selama ini sudah berjuang untuk anaknya dari lahir hingga saat ini, terimakasih untuk doa-doanya, pengorbanan, cinta dan kasih sayang yang menjadikan semangat dan kemudahan penulis dalam meraih kesuksesan semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan.
15. Yang terkasih para sahabat-sahabat saya Nursherina dan Dewi yang selalu memberikan saya semangat dalam segala hal apapun, yang selalu menemani saya di keadaan apapun, tempat saya mengadu sega keluh kesah saya terimakasih atas semuanya.
16. Yang tersayang para sahabat-sahabat saya sayang bias squad, Namira yang selalu menemani saya dari awal perkuliahan sampai akhir, Ichi yang sudah membantu saya dalam mengerjakan skripsi dari membuat kartu gizi seimbang sampai penelitian, Nadia yang bersedia meminjamkan rumahnya untuk saya membuat kartu gizi seimbang. Dan Cita Sundari, S.Pd yang telah menemani saya dari awal skripsi sampai akhir. Terimakasih atas segala jasa-jasa, semangat dan hiburannya.
17. Terimakasih untuk teman saya Arrafi Insani yang sudah mau membantu saya dalam memberikan arahan untuk mengolah data sekaligus membantu saya memberikan saran untuk perbaikan skripsi saya.
18. Kepada yang tersayang Kyuhyun, Jeno, Jaemin terimakasih atas karya-karya indahnya yang membuat saya semangat menyelesaikan skripsi ini,

terimakasih sudah menjadi tempat pelarian saya dikala hidup terkadang sulit untuk dijalani.

19. Teruntuk Dunia Hewan (Elsa, Denissa, Dina, Najla, Khofifah, Widya) terimakasih sudah menjadi teman saya selama 4 tahun perkuliahan ini, semoga tali silaturahmi diantara kita tetap terjalin.

20. Teman-teman seperjuangan di FKM terutama angkatan 2018 terkhusus untuk teman-teman kelas 8 FKM dan teman-teman dipeminatan Gizi 2018.

21. Terimakasih kepada KSR PMI UINSU terkhusus untuk angkatan 22 yang sudah banyak memberikan pengalaman yang luar biasa untuk saya, wadah untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik, terimakasih segala canda tawa serta tangis yang sudah kita lalui bersama-sama, terimakasih segala masukan yang telah diberikan, segala pengalaman yang telah kita lewatkan sama-sama, semoga kita tetap terus bersilaturahmi hingga akhir.

22. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me never quitting for just being me at all time.*

Meskipun demikian, penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Sehingga, skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua orang. Lebih dan kurang penulis ucapkan maaf dan terimakasih. *Wassallammualikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

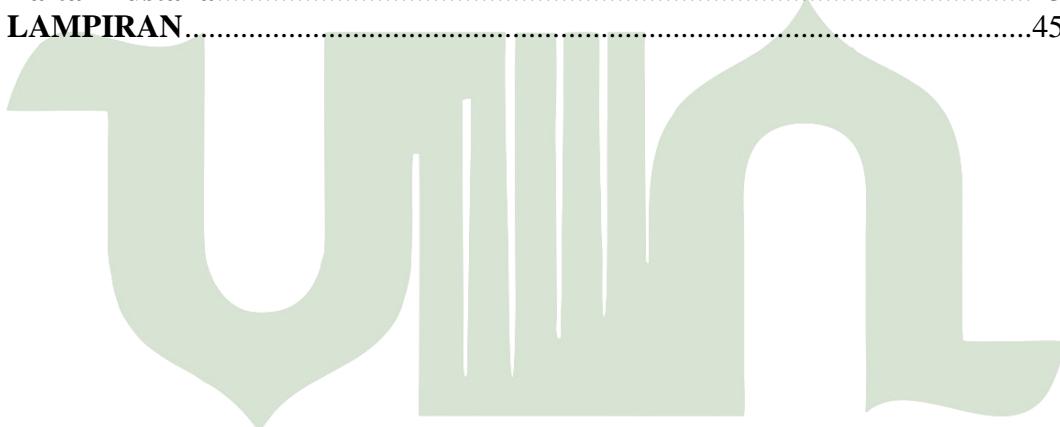
Medan, 22 Agustus 2022

Mutiara Husna Sari Dewi
(0801181111)

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II	10
LANDASAN TEORI.....	10
2.1 Pedoman Gizi Seimbang.....	10
2.1.1 Pengertian.....	10
2.1.2 Empat Pilar Gizi Seimbang	10
2.1.3 Gizi Seimbang Untuk Remaja Usia 10-19 Tahun.....	13
2.1.4 Pesan Gizi Seimbang	13
Error! Bookmark not defined.2.2	Pengetahuan Gizi
	16
2.3 Sikap Terhadap Gizi	17
2.4 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Kartu Gizi	
Seimbang	Error! Bookmark not defined.17
2.5 Pendidikan Gizi Melalui Kartu Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan	
Dan Sikap Siswa.....	20
2.6 Kajian Integrasi Keislaman.....	22
2.7 Kerangka Teori	22
2.8 Kerangka Konsep.....	25
2.9 Hipotesis Penelitian	26
BAB III.....	27
METODOLOGI PENELITIAN	27
3.1 Jenis Penelitian	27
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	27
3.2.1 Lokasi Penelitian	27
3.2.2 Waktu Penelitian	27
3.3 Populasi dan Sampel.....	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel.....	27
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	28
3.4 Variabel Penelitian.....	28
3.5 Definisi Operasional	29

3.6	Teknik Pengumpulan Data	30
3.6.1	Jenis Data	30
3.6.2	Alat Instrumen Penelitian.....	30
3.6.3	Prosedur Pengumpulan Data	31
3.7	Analisis Data.....	32
3.7.1	Analisis Univariat	32
3.7.2	Analisis Bivariat.....	32
BAB IV	32
HASIL DAN PEMBAHASAN	32
4.1	Hasil Penelitian.....	32
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian SMP Islam Annizam	32
4.1.2	Analisis Univariat	33
4.1.3	Analisis Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.34
4.2	Pembahasan	35
4.2.1	Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Kartu Gizi Seimbang	35
	Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa SMP Annizam.....	35
BAB V	42
KESIMPULAN DAN SARAN	42
5.1	Kesimpulan	42
5.2	Saran	42
Daftar Pustaka	43
LAMPIRAN	45



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR TABEL

1. Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur 33
2. Tabel 4.1.1 Distribusi frekuensi pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pendidikan kartu gizi seimbang 33
3. Tabel 4.2 Hasil Uji Wilcoxon untuk melihat peningkatan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi melalui kartu gizi seimbang 34



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

1.	Surat izin survey awal	45
2.	Surat izin penelitian.....	46
3.	Surat balasan survey awal	47
4.	Surat balasan izin penelitian.....	48
5.	Data siswa kelas 8	49
6.	Kuesioner penelitian.....	50
7.	Data normalitas	53
8.	Output pengetahuan pre dan post.....	53
9.	Output sikap pre dan post.....	54
10.	Uji Wilcoxon sikap	54
11.	Uji Wilcoxon pengetahuan	55
12.	Contoh kartu gizi seimbang	55
13.	Dokumentasi	56
14.	Lembar Persetujuan Responden.....	62

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**