

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA VIDEO,
POSTER DAN PERMAINAN KWARTET GIZI TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI DAN STATUS GIZI SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
KARANGASEM III KOTA SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

Oleh :

FATIMA TUZZAHROH
J 310 100 097

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA VIDEO,
POSTER DAN PERMAINAN KWARTET GIZI TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI DAN STATUS GIZI SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
KARANGASEM III KOTA SURAKARTA**



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**NUTRITION DEPARTMENT
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
BACHELOR THESIS**

ABSTRACT

FATIMA TUZZAHROH, J.310.100.097

THE EFFECTS OF NUTRITIONAL COUNSELING USING VIDEOS, POSTERS AND QUARTET CARD GAME ON NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS IN KARANGASEM III ELEMENTARY SCHOOL SURAKARTA.

Introduction: Karangasem III elementary school is a school with the highest percentage (28.13%) in children malnutrition. One effort to improve the nutritional status is by increasing nutritional knowledge by nutrition counseling. Nutritional counseling is more effective when using media.

Objective: Knowing the effects of nutritional counseling by the media videos, posters and quartet card game to the knowledge of nutrition and nutritional status of students in Karangasem III Elementary School Surakarta.

Methods: This study is a pre-experimental design with one group pretest-posttest programme. Sampling technique using stratified random sampling, total sample is 51 respondents. Media that used in this study are video, posters and quartet card game. Analysis of the data using Kolmogorof Smirnov test and Paired Samples T-Test test.

Results: According to the results of Paired Samples T-test test to the nutritional knowledge values obtained $p = 0.000$ or $p < 0.05$, that means there is an influence, whereas for the nutritional status values obtained $p = 0.627$ or $p > 0.05$, that means there is no significant effect.

Conclusion: There is the significant effect of nutrition counseling using videos, posters and quartet card game on nutritional knowledge of students but there is no significant effect on the nutritional status of students in karangasem III elementary school surakarta.

Suggestion: videos, posters and quartet card game can be used as a medium of nutritional counseling and provide a good effect on nutrition knowledge for elementary school student.

Keywords: Nutritional counseling, nutritional knowledge, nutritional status, videos, posters, quartet card games

Bibliography: 61: 1989-2015

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

FATIMA TUZZAHROH, J.310.100.097

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA VIDEO,
POSTER DAN PERMAINAN KWARTET GIZI TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI DAN STATUS GIZI SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
KARANGASEM III KOTA SURAKARTA.**

Pendahuluan: Sekolah dasar negeri Karangasem III Surakarta merupakan salah satu sekolah yang masuk dalam prosentase tertinggi (28,13%) anak gizi kurang. Salah satu upaya memperbaiki status gizi adalah dengan meningkatkan pengetahuan gizi melalui penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi lebih efektif jika menggunakan media.

Tujuan: Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi dan status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Pengambilan sampel dengan teknik *Stratified Random sampling*, jumlah sampel 51 responden. Media yang digunakan dalam penelitian ini berupa media video, poster dan permainan kwartet gizi. Analisis data menggunakan uji Kolmogorof Smirnov dan Uji *Paired Sampel T-Test*.

Hasil: Berdasarkan hasil uji *Paired Sampel T-test* mengenai pengetahuan gizi diperoleh nilai $p=0,000$ atau $p<0,05$ yang artinya ada pengaruh, sedangkan untuk status gizi diperoleh nilai $p=0,627$ atau $p<0,05$ yang artinya tidak ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi.

Kesimpulan: Ada pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi siswa akan tetapi tidak ada pengaruh terhadap status gizi siswa sekolah dasar negeri Karangasem III Kota Surakarta.

Saran: Video, poster dan permainan kwartet gizi dapat digunakan sebagai media penyuluhan gizi yang dapat memberikan pengaruh baik mengenai pengetahuan gizi bagi anak sekolah dasar.

Kata Kunci: Media penyuluhan gizi, pengetahuan gizi, status gizi anak SD, video, poster, permainan kartu kwartet gizi

Kepustakaan: 61: 1989-2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta

Nama Mahasiswa : Fatima Tuzzahroh

Nomor Induk Mahasiswa : J310 100 097

Telah diuji dan dinilai oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 27 Maret 2015 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 02 April 2015

Menyetujui

Pembimbing I



Elida Soviana S.Gz, M.Gizi

Pembimbing II



Ruli Sudaryanto, SST., Gz
NIP. 197309112006041003

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Setyaningrum Rahmawaty, A. M.Kes., PhD)
NIK / NIDN : 744106-2312-7301

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI


Judul Penelitian : Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta


Nama Mahasiswa : Fatima Tuzzahroh


Nomor Induk Mahasiswa : J310 100 097

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 27 Maret 2014 dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima

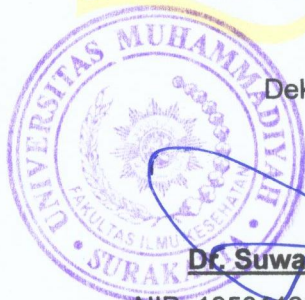
Surakarta, 02 April 2015

Penguji I : Elida Soviana S.Gz, M.Gizi ()

Penguji II : Muwakhidah, SKM, M.Kes ()

Penguji III : Susi Dyah P, SP., M.Si ()

Mengetahui
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dekan


Dr. Suwaji, M.Kes

NIP. 195311231983031002

NIDN. 00-2311-5301

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 27 Maret 2014

Peneliti



Fatima Tuzzahroh

RIWAYAT HIDUP

Nama : Fatima Tuzzahroh

Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 15 Februari 1992

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jln. Dewi Sartika Gang Langgar RT.08 Rw.10
No.53 Kelurahan Cawang, Kecamatan kramadjati
Kotamadya Jakarta Timur Provinsi DKI Jakarta.

Riwayat Pendidikan :

1. Lulusan TK Karang Balita Kencana tahun 1998
2. Lulusan SD Negeri 09 Cawang tahun 2004
3. Lulusan SMP Nasional Budi Utomo tahun 2007
4. Lulusan SMA Al-Muayyad tahun 2010

KATA PERSEMBAHAN

*Alhamdhuilillahirrabil'alamin
Sebuah langkah usai sudah
Satu cita telah tergapai*

Karya terindah ini penulis persembahkan kepada:

- 1. Ayahanda (Muhammad Nukman) dan ibunda (Alinah). Setulus hatimu bunda, searif arahanmu Ayah. Doamu yang insyaallah selalu hadirkan keridhaan, petunjuk yang menjadi penuntun jalan, pelukan yang berkahi hidup, diantara perjuangan dan tetesan doa malam dan sebaith doa telah merangkul diri ini, menuju hari depan yang cerah. Kini anakmu telah selesai dalam studi sarjana dengan kerendahan hati yang tulus, bersama keridhaan-Mu ya Allah.*
- 2. Ibu dan Bapak Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan sehingga tersusunlah skripsi ini.*
- 3. Kakak tercinta ku Afifah Umi Hanik, Afifah Inayati, Mubasyir Atiq, Sulastri, Sri Puji Astuti, Muhammad Ali Imron, serta kalian yang telah menjadi keluarga tersayang di Solo.*
- 4. Sahabat serta teman-teman seperjuangan Gizi S1 2010, Sahabat-sahabat tercinta tiada henti selalu mendukung dan selalu bangkitkan semangat.*
- 5. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut membantu terselesaikannya Skripsi ini.*

MOTTO

Bergerak atau Mati.

Jangan pernah menunda sesuatu apapun.

Waktu akan terus berputar sekalipun engkau tidur.

Katakanlah “If Not Now,,when? If Not Me,,Who?”

Jangan pernah merasa puas atas pengetahuan yang telah dimiliki.

فَضْلُ الْعَالِمِ عَلَى عَابِكِ فَضْلُ الْقَمَرِ عَلَى النَّجْمِ جَوْهَرٌ لَمْ يَعْلَمْ لَهُ رَدًّا لَوْلَا نَبِيَاءُ،
وَأَوْلَا نَبِيَاءُ لَيُؤَرِّثُوا لِدِينَارٍ وَلَا لِدِرْهَمٍ هُوَ إِلَّا نَمَوَارٍ تَلَوَّلُوا لِقَوْمَانِ أَخَذَ مَا خَذَ
بِرَحْظٍ أَفْرٍ . (الترمذي).

“Keutamaan seseorang ‘alim (berilmu) atas seorang ‘abid (ahli ibadah) seperti keutamaan bulan atas seluruh bintang-bintang. Sesungguhnya ulama itu pewaris para nabi. Sesungguhnya para nabi tidaklah mewariskan dinar maupun dirham, mereka hanyalah mewariskan ilmu, maka barangsiapa mengambilnya (warisan ilmu) maka dia telah mengambil keuntungan yang banyak.” (HR. Tirmidzi).

Jangan pernah bosan untuk mengasah kemampuan.

“Knowledge is important, but capability is more important”

Jangan pernah takut untuk melakukan kesalahan.

“who make no mistake makes nothing”.

مَنْ سَدَّ الطَّرِيقَ يُوقَلَا تَمَسُّ فِيهِ عِلْمٌ مَّسَّ هَلَّ اللَّهُ لَهُ الْبُحْرَانُ يَقَالُ إِلَى جَدَّةٍ .
Barangsiapa menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah mudahkan baginya jalan menuju Surga.”
(HR. Muslim).

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh ijazah S1 Gizi.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak, Dr. Suwaji, M. Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., PhD, selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Elida Soviana S.Gz, M.Gizi dan bapak Ruli Sudaryanto, SST., Gz selaku pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, nasehat serta memberi arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan begitu sabarnya.
4. Ibu Muwakhidah, SKM, M.Kes dan ibu Susi Dyah P, SP., M selaku penguji skripsi dengan judul "Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta"
5. Segenap dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang diberikan.
6. Mama (Alinah) dan Bapak (Muhammad Nukman) tersayang, terima kasih atas motivasi, kasih sayang, pengorbanan, dan doa yang tulus dari kalian selama ini, semoga diberi kemuliaan Allah SWT. Aamiin.

7. Kakakku tersayang (Afifah Umi Hanik, Afifah Inayati, Mubasyir Atiq, Sutiman, Sulastri, Muhammad Junaedi, Sri Puji Astuti, Muhammad Ali imron, Awan, Aldiseova chielmiaty, Aninda yopie, Eliza Alphan) terima kasih atas perhatian, motivasi dan doanya, semoga selalu diberi kemudahan. Aamiin.
8. Sahabat-sahabatku (Ni'mah HL, Yunita, Reni, Galih, Dyah, Candra, Ayas, Arya, Akuno dimas, Aldo, Abdul, Adjie, Bella, Dafa, Danu, Rama, Reza, Zahra) terimakasih untuk motivasi, bantuannya dan dukungannya dalam pembuatan skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan dorongan, bantuan, dan perhatian sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Semoga semua bantuan dan jasa-jasa serta amal kebaikan itu menjadi amal sholeh dihadapan Allah SWT.

Penulis telah semaksimal mungkin menyajikan skripsi ini agar mudah dipahami oleh pembaca dan memenuhi tujuan serta manfaat penulisan. Namun, penulis menyadari bahwa di dalamnya masih jauh dari kesempurnaan. Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis melainkan juga bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 02 April 2015



Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Anak Sekolah Dasar.....	7
B. Status Gizi Anak Sekolah Dasar.....	10
C. Pengetahuan Gizi.....	16
D. Penyuluhan Gizi.....	17
E. Konsep Gizi Seimbang.....	20
F. Penyuluhan Gizi dalam Perspektif Islam.....	40
G. Kerangka Teori Penelitian.....	43
H. Kerangka Konsep.....	43
I. Hipotesis.....	44

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	45
B. Waktu dan Tempat Penelitian	46
C. Populasi dan Sampel	47
D. Variabel Penelitian	50
E. Pengumpulan Data	51
F. Langkah- Langkah Penelitian	53
G. Pengolahan Data	63
H. Analisis Data	64

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	
1. Letak Geografis.....	66
2. Jumlah Siswa dan Staf Sekolah.....	66
3. Sarana dan Prasarana	67
4. Visi dan Misi Sekolah.....	68
B. Karakteristik Sampel	
1. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin dan Kelas	69
2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi	71
3. Distribusi Status Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi	77
C. Analisis Bivariat	
1. Pengaruh Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi	78
2. Pengaruh Status Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi	79
D. Keterbatasan Penelitian	81

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang Dianjurkan Untuk kelompok 7 sampai 15 Tahun.....	10
2. Kelemahan dan Kelebihan Penggunaan Antropometri	12
3. Pengukuran Antropometri menurut WHO-NCHS	16
4. Tingkat Pengetahuan	19
5. Jumlah Sampel dengan <i>Proportionate Stratified Random Sampling</i>	49
6. Definisi Operasional	50
7. Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang.....	52
8. Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan Gizi Sebelum Uji Validitas & Reliabilitas di SDN Sayangan, Pajang Surakarta.....	59
9. Item Pertanyaan Tidak Valid pada Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Gizi di SDN Sayangan Pajang Surakarta.....	60
10. Koding Tingkat Pengetahuan gizi.....	63
11. Koding Tingkat Status gizi.....	63
12. Distribusi Jumlah Siswa SDN Karangasem III Surakarta Tahun 2014/2015.....	66
13. Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin dan Kelas.....	70
14. Jumlah setiap item soal yang benar dan salah dari seluruh jumlah responden berdasarkan indikator pertanyaan yang telah ditentukan.....	72
15. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Penyuluhan Gizi Seimbang dengan media video, poster dan kwartet gizi di SDN Karangasem III Surakarta.....	74
16. Distribusi Frekuensi Status Gizi Sebelum dan Setelah Penyuluhan Gizi Seimbang dengan media video, poster dan kwartet gizi di SDN Karangasem III Surakarta.....	77

17.	Pengaruh Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Penyuluhan Gizi Seimbang dengan media video, poster dan kwartet gizi di SDN Karangasem III Surakarta.....	78
18.	Pengaruh Status Gizi Sebelum dan Setelah Penyuluhan Gizi Seimbang dengan media video, poster dan kwartet gizi di SDN Karangasem III Surakarta.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	11
2. Piring Makanku.....	22
3. Tumpeng Gizi Seimbang.....	23
4. Kerangka Teori Penelitian.....	43
5. Kerangka Konsep Penelitian	43
6. Rancangan penelitian <i>Pra eksperimental pre-test and post-test group design</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
2. Formulir Data Responden
3. Data Absensi Kehadiran Seluruh Responden
4. Fomulir Kuesioner Tingkat Pengetahuan Gizi di SDN Sayangan Wilayah Puskesmas Pajang Surakarta
5. Hasil Uji Kuesioner di SDN Sayangan Wilayah Puskesmas Pajang Surakarta
6. Fomulir Kuesioner Tingkat Pengetahuan Gizi
7. Kunci Jawaban Kuesioner
8. Tabel Frekuensi Umur, Jenis Kelamin dan Kelas
9. Tabel Frekuensi Pengetahuan Gizi dan Status Gizi *pretest* dan *Postest*.
10. Tabel Uji Kenormalan Data dan Deskriptif Statistik
11. Tabel Uji *Paired Sampel T-Test* Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi.
12. Tabel Uji *Paired Sampel T-Test* Pengetahuan Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi.
13. Master Data
14. Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Kuesioner Pengetahuan Gizi
15. Dokumentasi
16. Tata Cara Permainan Kwartet Gizi
17. Kartu Permainan Kwartet Gizi
18. VCD Video Tata Cara Permainan Kartu Kwartet Gizi Bersama Siswa SDN Karangasem III Surakarta
19. Sertifikat Keikutsertaan Lomba Media Permainan Kartu Kwartet Gizi
20. Poster 10 Pedoman Gizi Seimbang
21. Sertifikat Keikutsertaan Lomba Media Poster
22. VCD Video "SIPA: Zat Makanan Bergizi Seimbang"
23. Surat Permohonan Izin Penelitian
24. Surat Keterangan Telah Mengadakan Penelitian