



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DISERTAI PERMAINAN “COCOK
GAMBAR BERENKLEK RIA ISI PIRINGKU” TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI YAYASAN SOS
CHILDREN’S VILLAGE SEMARANG**

SKRIPSI

Oleh

PUTRI PUJI LESTARI

NIM. 060117A031

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2023**



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DISERTAI PERMAINAN “COCOK
GAMBAR BERENKLEK RIA ISI PIRINGKU” TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI YAYASAN SOS
CHILDREN’S VILLAGE SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Gizi

Oleh

PUTRI PUJI LESTARI

NIM. 060117A031

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**GAMBARAN PENGGUNAAN PERMAINAN “COCOK GAMBAR
BERENGGLEK RIA ISI PIRINGKU” SEBAGAI MEDIA EDUKASI
GIZI ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI YAYASAN *SOS CHILDREN’S VILLAGE* SEMARANG**

Oleh :

PUTRI PUJI LESTARI

NIM. 060117A031

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 30 Januari 2023

Pembimbing



**Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601**

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DISERTAI PERMAINAN "COCOK
GAMBAR BERENKLEK RIA ISI PIRINGKU" TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI YAYASAN SOS CHILDREN'S VILLAGE SEMARANG**

Oleh:

PUTRI PUJI LESTARI

NIM. 060117A031

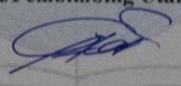
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Selasa

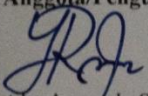
Tanggal : 7 Februari 2023

Tim Penguji:

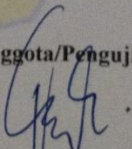
Ketua/Pembimbing Utama


Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601

Anggota/Penguji I

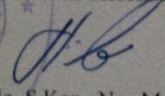

Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

Anggota/Penguji II

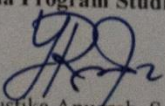

Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan


Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

Ketua Program Studi S1 Gizi


Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

PERNYATAAN ORISINILITAS

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Putri Puji Lestari

NIM : 060117A031

Program Studi/ Fakultas : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan

Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“Pengaruh Penyuluhan Gizi Disertai Permainan Cocos Gambar Berengklek Ria Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Gizi Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Di Yayasan SOS Children’s Village Semarang”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 01 Februari 2023

Yang membuat pernyataan



Putri Puji Lestari

KESEDIAAN PUBLIKASI

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putri Puji Lestari
NIM : 060117A031
Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan member kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya berjudul **“Pengaruh Penyuluhan Gizi Disertai Permainan Cocomo Gambar Berengkek Ria Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Gizi Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Di Yayasan SOS Children’s Village Semarang”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 01 Februari 2023

Yang membuat pernyataan



Putri Puji Lestari

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Putri Puji Lestari
Tempat, tanggal lahir : Magelang, 04 Desember 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Warga Negara : Indonesia
Alamat : Jl. Durian KM. 1 SOS DESA TARUNA RT/RW
001/003 Kel.Pedalangan Kec. Banyumanik
Email : putrilestari0892@gmail.com
No.Hp : 085602335541

Riwayat Pendidikan:

1. SD Negeri Srandol Wetan 03 : Tahun 2005-2011
2. SMP Mardasiswa 1 : Tahun 2011-2014
3. SMK Ibu Kartini : Tahun 2014-2017
4. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2017-2023

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Februari 2023
Putri Puji Lestari
060117A031

PENGARUH PENYULUHAN GIZI DISERTAI PERMAINAN “COCOK GAMBAR BERENKLEK RIA ISI PIRINGKU” TERHADAP PENGETAHUAN GIZI ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI YAYASAN *SOS CHILDREN’S VILLAGE* SEMARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : Anak usia sekolah memerlukan pendidikan gizi untuk mencegah kejadian masalah gizi kurang maupun lebih. Dari survei awal terdapat 23.3% anak di *SOS Children’s Village* Semarang yang memiliki pengetahuan kurang mengenai isi piringku. Pendidikan gizi disertai permainan efektif untuk anak sekolah dasar.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media game edukasi sebagai saran pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan isi piringku pada anak sekolah dasar di *SOS Children’s Village* Semarang.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimen* dengan model desain *one-group pretest-posttest desain*. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling* yang berarti pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, sebanyak 15 sampel. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu angket. Analisis data menggunakan uji *paired t-test* ($\alpha=0.05$).

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pretest* adalah 45.78 dan nilai rata-rata *post-test* adalah 81.78. Hal ini berarti pengetahuan gizi anak mengalami peningkatan sebesar 36.00. Berdasarkan paparan diatas media permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku” dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah dasar di *SOS Children’s Village* Semarang.

Simpulan : Ada pengaruh penyuluhan gizi yang disertai permainan terhadap pengetahuan anak usia sekolah dasar yang telah diberikan edukasi menggunakan media permainan cocok gambar berengklek ria isi piringku.

Kata Kunci : Pengetahuan, Isi piringku, Penyuluhan gizi, Permainan

Kepustakaan : 22

Ngudi Waluyo University
Nutrition Study Program
Faculty of Health
Thesis, February 2023
Putri Puji Lestari
060117A031

**THE EFFECT OF NUTRITION COUNSELING ACCOMPANIED WITH THE GAME
“FIT A PICTURE OF MY PLATE FILLING” ON THE NUTRITIONAL KNOWLEDGE
OF MY PLATE CONTENTS IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AT SOS
CHILDREN'S VILLAGE SEMARANG**

ABSTRACT

Background : School-age children need nutrition education to prevent the occurrence of under or over nutrition problems. From the initial survey, there were 23.3% of the children in SOS Children's Village Semarang who had little knowledge about what was on my plate. Nutrition education accompanied by effective games for elementary school children.

Purpose : This study aims to determine the effect of using educational game media as a nutritional education suggestion on increasing knowledge of the contents of my plate in elementary school children at SOS Children's Village Semarang.

Methods : This study used a pre-experimental research design with a one-group pretest-posttest design model. Sampling using *total sampling* technique, which means the selection of samples based on certain considerations, a total of 15 samples. The data collection method used is a questionnaire. Data analysis used paired t-test ($\alpha=0.05$).

Results : The results showed that the average *pretest* score was 45.78 and the *post-test* average score was 81.78. This means that children's nutritional knowledge has increased by 36.00. Based on the explanation above, the media game "Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku" can increase nutrition knowledge in elementary school children at SOS Children's Village Semarang.

Conclusion : There is an effect of nutrition counseling accompanied by games on the knowledge of elementary school-age children who have been given education using game media according to pictures that squeal and fun fill my plate.

Keywords : Knowledge, Isi Piringku, Nutrition counseling, Games

Libraries : 22

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah dengan segala puji syukur kehadirat Allah yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal berjudul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Disertai Permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku” Terhadap Pengetahuan Gizi Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar di Yayasan *SOS Children’s Village* Semarang” ini tidak lepas dari bimbingan, pengarahan, dan dukungan dari pihak-pihak lain. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo, S.Kep., Ns M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ibu Dyah Kartika Wening, S.Gz., M.Gz selaku Pembimbing Akademik.
5. Bapak Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing utama yang senantiasa memberikan arahan, kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan proposal penelitian ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo yang telah membimbing dan memotivasi saya untuk dapat menyusun skripsi penelitian ini
7. *SOS Children’s Village* Semarang dan keluarga yang telah memberikan banyak dukungan baik itu do’a, motivasi, semangat dan materi kepada penulis dalam menuntut ilmu dan menyelesaikan tugas akhir penelitian ini.
8. Teman-teman seperjuangan angkatan 2017 yang selalu mendukung dan memberikan motivasi, saran dan masukan kepada penulis.

9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini.

Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena adanya keterbatasan kemampuan, pengetahuan, dan pengalaman yang penulis miliki. Untuk itu penulis menerima saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak agar bisa menjadi bahan pertimbangan dan penyempurnaan pada kesempatan yang akan datang. Harapan penulis semoga proposal ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan pembaca yang budiman.

Ungaran, 10 Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Permainan	7
1. Pengertian Permainan Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku	8
2. Media permainan Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku	8
3. Prosedur permainan :	10
B. Edukasi	11
1. Pengertian	11
2. Metode Edukasi	12
3. Media Edukasi	17
C. Pengetahuan	20

1.	Pengertian Pengetahuan.....	20
2.	Tingkat Pengetahuan.....	23
3.	Cara memperoleh pengetahuan	24
4.	Pengukuran tingkat pengetahuan	26
D.	Isi Piringku	27
1.	Konsep Isi Piringku.....	27
2.	Pola makan sehat dalam isi piringku dengan 4 jenis porsi	28
3.	Kegiatan dalam konsep Isi Piringku terdapat 3 jenis kegiatan.....	30
E.	Anak Sekolah	32
1.	Pengertian Anak Sekolah Dasar.....	32
2.	Karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun adalah :.....	33
F.	Kerangka Teori.....	35
G.	Kerangka Konsep.....	35
	BAB III METODE PENELITIAN	36
A.	Desain Penelitian.....	36
B.	Lokasi Penelitian	37
C.	Subjek Penelitian.....	37
1.	Populasi.....	37
2.	Sampel	37
D.	Definisi Operasional / Variabel Penelitian	39
E.	Pengumpulan Data	39
1.	Jenis Data.....	39
2.	Alat atau Instrument Penelitian	40
F.	Pengumpulan Data	41
1.	Tahap perizinan.....	41
2.	Tahap pengambilan data anak sekolah dasar	41
3.	Intervensi yang diberikan	41
G.	Pengolahan Data.....	43
I.	Analisis Data	44
1.	Analisis Univariat.....	44
2.	Analisis Bivariat.....	44

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil dan Pembahasan	46
1. Gambaran umum tempat penelitian	46
2. Hasil dan Pembahasan	46
B. Keterbatasan Penelitian	54
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.2 Instrumen Penelitian	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Berdasarkan Usia	47
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4.3 Distribusi Item Pertanyaan Pretest yang benar dari seluruh jumlah responden	48
Tabel 4.4 Distribusi Item Pertanyaan Posttest yang benar dari seluruh jumlah responden	49
Tabel 4.5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi menggunakan Media Permainan pada Anak Usia Sekolah di SOS Children's Village Semarang	50

DAFTAR GAMBAR

Halaman

<u>Gambar 2.1 Desain Area Permainan</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>Gambar 4.2 Poster isi piringku</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>Gambar 4.3 Contoh stiker bergambar</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>Gambar 2.4 Poster Isi Piringku</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>Gambar 2.5 Kerangka Teori</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>Gambar 2.6 Kerangka Konsep</u>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Standar Operasional Prosedur	59
Lampiran 2. Media Permainan.....	61
Lampiran 3. Lembar Penilaian.....	62
Lampiran 4. Kuesioner	63
Lampiran 5. Uji Statistik	66
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian	67