

# **PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN *POP – UP BOOK* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PHBS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR**

**AMELIA SAFITRI**



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI  
SEKOLAH VOKASI  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2026**



## PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan proyek akhir dengan judul “Pengaruh Edukasi Menggunakan *Pop-up book* terhadap Peningkatan Pengetahuan PHBS pada Anak Usia Sekolah Dasar” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir laporan proyek akhir ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Amelia Safitri  
J0406221016

## ABSTRAK

AMELIA SAFITRI. Pengaruh Edukasi Menggunakan *Pop-up book* terhadap Peningkatan Pengetahuan PHBS pada Anak Usia Sekolah Dasar. Dibimbing oleh ROSYDA DIANA

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku untuk menjaga kesehatan, mencegah penyakit, dan mendukung pertumbuhan anak. Peningkatan pengetahuan PHBS melalui media edukasi *pop-up book*. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas media edukasi *pop-up book* dalam meningkatkan pengetahuan PHBS pada siswa kelas IV SD Negeri Gedong Dalem 03 Kota Cilegon. Penelitian menggunakan desain *pra-eksperimental one group pretest-post test* pada 40 siswa dengan teknik *total sampling*. Media ini dikembangkan menggunakan model ADDIE dan divalidasi oleh ahli media, ahli materi, dan ahli Bahasa. Media sangat layak digunakan berdasarkan hasil penilaian dari para ahli dengan skor 93,3-100%. Pengetahuan responden meningkat dari 61,15 sebelum dilakukan edukasi naik menjadi 88,48 Setelah dilakukan edukasi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya perbedaan signifikan ( $p < 0,001$ ). Media *pop-up book* efektif meningkatkan pengetahuan responden.

Kata kunci: Edukasi, pengetahuan, PHBS, *pop-up book*, siswa sekolah dasar

## ABSTRACT

AMELIA SAFITRI. The Effect of Education Using Pop-up Books on Improving Knowledge of Healthy and Clean Living Practices (PHBS) Among Elementary School-Aged Children. Supervised by ROSYDA DIANA

Healthy and Clean Living Practices (PHBS) refer to behaviors that maintain health, prevent disease, and support children's growth. Improving knowledge of PHBS through pop-up books as an educational medium. This study aims to *Analysis* the effectiveness of pop-up books as an educational medium in improving PHBS knowledge among fourth-grade students at Gedong Dalem 03 Public Elementary School in Cilegon City. The study employed a one-group pretest-post test pre-experimental *Design* involving 40 students selected through total sampling. The educational medium was developed using the ADDIE model and validated by media experts, subject matter experts, and language experts. The medium was deemed highly suitable for use based on the experts' evaluations, with scores ranging from 93.3% to 100%. The respondents' knowledge increased from 61.15 before the educational intervention to 88.48 after the intervention. The results of the Wilcoxon test indicated a significant difference ( $p < 0.001$ ). The *pop-up book* medium was effective in improving the respondents' knowledge.

Keywords: Education, knowledge, PHBS, *pop-up book*, elementary school students



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026  
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

*Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.*

*Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.*

# **PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN *POP-UP BOOK* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PHBS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR**

**AMELIA SAFITRI**

Laporan Proyek Akhir  
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan pada  
Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi

**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI  
SEKOLAH VOKASI  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2026**



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Penguji pada ujian Laporan Akhir: Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Judul Proyek Akhir : Pengaruh Edukasi Menggunakan *Pop-up book* terhadap Peningkatan Pengetahuan PHBS pada Anak Usia Sekolah Dasar

Nama : Amelia Safitri  
NIM : J0406221135

Disetujui oleh

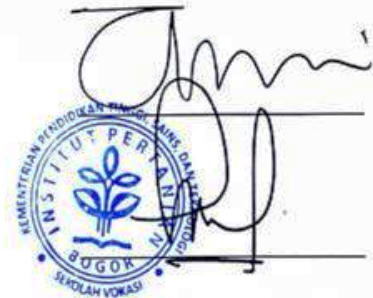
Pembimbing :  
Rosyda Dianah, S.K.M., M.K.M



Diketahui oleh

Ketua Program Studi :  
Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si.  
NPI. 201811198808132007

Dekan Sekolah Vokasi :  
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T.  
NIP. 196607171992031003



Tanggal Ujian:  
10 Agustus 2026

Tanggal Lulus:



## PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan proposal dengan baik dan tepat waktu. Judul proyek akhir ini adalah “Pengaruh Edukasi Menggunakan *pop-up book* terhadap Peningkatan Pengetahuan PHBS pada Anak Usia Sekolah Dasar”. Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban dan penerapan ilmu yang telah diperoleh selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa laporan ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rosyda Dianah, S.K.M., M.K.M. selaku dosen pembimbing yang telah sabar memberikan arahan dan bimbingan selama proses penyusunan proyek akhir.
2. Ibu Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si selaku dosen moderator yang telah memberi arahan serta saran dalam penyempurnaan proyek akhir.
3. Kedua orang tua saya bapak Agus Irawan dan Arni Nuraeni yang telah memberikan dukungan serta do’a dan kasih sayangnya.
4. Kakak dan adik saya Riska dan Sidqi yang telah mendukung dan memotivasi saya dalam penyusunan proyek akhir ini.
5. Teman-teman saya Silvi, Syifa, Syafa, Siti, Cindy, dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih memiliki kekurangan. Penulis terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Bogor, Agustus 2026

Penulis



## DAFTAR ISI

|                                                             |       |
|-------------------------------------------------------------|-------|
| DAFTAR TABEL                                                | xviii |
| DAFTAR GAMBAR                                               | xviii |
| DAFTAR LAMPIRAN                                             | xix   |
| I PENDAHULUAN                                               | 1     |
| 1.1 Latar Belakang                                          | 1     |
| 1.2 Rumusan Masalah                                         | 1     |
| 1.3 Tujuan                                                  | 2     |
| 1.3.1 Tujuan Umum                                           | 2     |
| 1.3.2 Tujuan Khusus                                         | 3     |
| 1.4 Manfaat                                                 | 3     |
| 1.5 Hipotesis                                               | 3     |
| II KERANGKA PEMIKIRAN                                       | 4     |
| III METODOLOGI                                              | 4     |
| 3.1 Desain, Tempat dan Waktu                                | 6     |
| 3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek                      | 6     |
| 3.3 Jenis dan Cara Pengambilan Data                         | 7     |
| 3.4 Pengolahan dan Analisis Data                            | 9     |
| 3.5 Definisi Operasional                                    | 10    |
| IV HASIL DAN PEMBAHASAN                                     | 14    |
| 4.1. Karakteristik Responden                                | 20    |
| 4.2. Pengembangan Media <i>Pop-up book</i>                  | 14    |
| 4.3. Pengaruh Media <i>Pop-up book</i> terhadap Pengetahuan | 20    |
| 4.4. Penerimaan Media <i>Pop-up book</i>                    | 25    |
| V SIMPULAN DAN SARAN                                        | 29    |
| 5.1. Simpulan                                               | 29    |
| 5.2. Saran                                                  | 29    |
| DAFTAR PUSTAKA                                              | 30    |
| LAMPIRAN                                                    | 35    |
| RIWAYAT HIDUP                                               | 53    |



## DAFTAR TABEL

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Jenis dan cara pengambilan data                                     | 7  |
| 2. Hasil uji reliabilitas                                              | 9  |
| 3. Definisi operasional                                                | 11 |
| 4. Pengembangan media edukasi <i>pop-up book</i>                       | 15 |
| 5. Hasil penilaian media <i>Pop-up book</i>                            | 18 |
| 6. Penilaian materi media <i>Pop-up book</i>                           | 19 |
| 7. Penilaian Bahasa <i>pop-up book</i>                                 | 20 |
| 8. Karakteristik Responden                                             | 20 |
| 9. Perbandingan <i>pre-test</i> dan <i>post test</i> jawaban benar     | 21 |
| 10. Pengaruh edukasi terhadap perubahan pengetahuan siswa terkait PHBS | 25 |
| 11. Hasil perubahan pengetahuan setelah pemberian edukasi dengan media | 25 |
| 12. Hasil penerimaan media <i>pop-up book</i>                          | 26 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Kerangka pemikiran pada pengembangan media edukasi gizi <i>pop-up book</i> | 4  |
| 2. Pendahuluan, pengertian, tujuan dan mafaat PHBS                            | 16 |
| 3. Pengertian dan Langkah dari cuci tangan                                    | 16 |
| 4. Kebersihan lingkungan di sekolah                                           | 17 |
| 5. Jajanan Sehat                                                              | 17 |
| 6. Olahraga dan aktivitas fisik                                               | 18 |
| 7. Makan Buah dan Sayur                                                       | 18 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Surat izin penelitian                                         | 36 |
| 2. <i>Informan concern</i>                                       | 38 |
| 3. Surat persetujuan orang tua atau wali murid                   | 39 |
| 4. Surat perizinan validitas dan reabilitas                      | 40 |
| 5. Hasil uji validitas dan reliabilitas data                     | 41 |
| 6. Instrumen penelitian ( <i>pre-test</i> dan <i>post test</i> ) | 42 |
| 7. Media <i>pop-up book</i>                                      | 44 |
| 8. Pelaksanaan edukasi                                           | 46 |
| 9. Karakteristik responden                                       | 47 |
| 10. Hasil uji normalitas                                         | 48 |
| 11. hasil uji <i>Wilcoxon signed-rank test</i>                   | 48 |
| 12. Form penilaian media edukasi oleh responden                  | 49 |
| 13. Pengujian SPSS penerimaan media <i>pop-up book</i>           | 51 |