

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA *BOARD GAME* TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK JAJANAN SEHAT PADA ANAK USIA SEKOLAH

PUTRI AISSYAH



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

- 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.

Perpustakaan IPB University



@Hak cipta milik IPB University

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.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *Board Game* terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah” 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 skripsi ini.

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

Bogor, Agustus 2025

Putri Aissyah
I1401211033



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

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.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

PUTRI AISSYAH. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *Board Game* terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah. Dibimbing oleh KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Edukasi gizi mengenai jajanan sehat menggunakan media permainan menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan sehat pada anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan mengembangkan media edukasi gizi berupa *board game* Petualangan Jajanan Sehat, serta menganalisis pengaruhnya terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan sehat pada anak usia sekolah. Desain penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan *one group pretest-posttest* dan berlangsung pada bulan November 2024 hingga Juni 2025 yang berlokasi di SDN Semplak 2, Kota Bogor dan melibatkan sebanyak 47 siswa kelas 5. Hasil uji *Friedman* sebelum dan setelah intervensi menunjukkan pengetahuan dan sikap terdapat perbedaan signifikan ($p < 0,05$), sedangkan praktik tidak terdapat perbedaan signifikan ($p > 0,05$). Hasil uji *post-hoc Wilcoxon* pengetahuan menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,05$) baik pada *pretest* dan *posttest* 1, *pretest* dan *posttest* 2, serta *posttest* 1 dan *posttest* 2. Pada sikap ditemukan perbedaan signifikan ($p < 0,05$) pada *pretest* dan *posttest* 1, *pretest* dan *posttest* 2, sedangkan pada *posttest* 1 dan *posttest* 2 tidak terdapat perbedaan signifikan ($p > 0,05$). Hasil asupan sebelum dan setelah intervensi menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan ($p > 0,05$) baik pada asupan gula, natrium, lemak, dan serat. Edukasi gizi menggunakan permainan ini baru dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap, tetapi masih belum mampu mengubah praktik dan asupan subjek.

Kata kunci: jajanan sehat, media edukasi gizi, pengetahuan, praktik, sikap

ABSTRACT

PUTRI AISSYAH. The Effect of Nutrition Education Using Board Game Media on Knowledge, Attitude and Practice of Healthy Snacks of School Age Children. Supervised by KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Nutrition education on healthy snacks using game-based media is an effort to improve knowledge, attitude, and practice among school age children. This study aimed to develop Petualangan Jajanan Sehat board game as a nutrition education media and analyze its effect on knowledge, attitude, and practice of healthy snacks among school age children. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest, conducted from November 2024 to June 2025 at SDN Semplak 2, Bogor City, involving 47 fifth-grade students. The results of the Friedman test before and after the intervention showed significant differences in knowledge and attitude ($p < 0.05$), but not in practice ($p > 0.05$). The post-hoc Wilcoxon test for knowledge showed significant differences ($p < 0.05$) between pretest and posttest 1, pretest and posttest 2, and posttest 1 and posttest 2. For attitude, significant differences ($p < 0.05$) were found between pretest and posttest 1,

and between the pretest and posttest 2, while no significant difference ($p>0.05$) was found between posttest 1 and posttest 2. Intake analysis before and after intervention showed no significant differences ($p>0.05$) in sugar, sodium, fat, and fiber intake. Nutrition education using this game only improved knowledge and attitude, but has not yet succeeded in changing the subjects' practice and intake.

Keywords: attitude, healthy snacks, knowledge, nutrition education media, practice

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



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 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 2025
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.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

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.

Perpustakaan IPB University

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA *BOARD GAME* TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK JAJANAN SEHAT PADA ANAK USIA SEKOLAH

PUTRI AISSYAH

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

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 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 Skripsi : Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *Board Game* terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah

Nama : Putri Aissyah

NIM : 11401211033

Disetujui oleh

Pembimbing:

Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidayani, M.Gizi.



Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001



Tanggal Ujian:
6 Agustus 2025

Tanggal Lulus: 15 AUG 2025



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

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.

Perpustakaan IPB University



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanahu wa ta'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University. Skripsi ini disusun dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *Board Game* terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah”. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidnyani, M.Gizi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan arahan dalam proses penyusunan skripsi
2. Purnawati Hustina Rachman, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing akademik
3. Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc selaku moderator dan dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyempurnaan skripsi
4. Radite, S.Pd, M.M selaku Kepala Sekolah SDN Semplak 2 yang telah bersedia memberikan izin selama penelitian
5. Bapak dan Ibu Guru SDN Semplak 2 khususnya Pak Riko yang telah membantu selama pengambilan data, serta adik-adik kelas 5 yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini
6. Kedua orang tua tercinta, Alm. Bapak Toyibi, Ibu Deny Fatrina, serta Kakak Muhammad Bifa Rizky Maulyanto dan Muhammad Bifa Agusryanto, beserta keluarga besar yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan kasih sayangnya yang tiada henti kepada penulis
7. Luwak white coffe (Mita Refalina, Sri Andini Yuniarti, Nabyilly Aghna Bachtiar, Nabila Zikira, Karar Thahara, Ayu Yuningsih, Robiatul Udhiyah, dan Azzahra Dwi Putri) yang selalu setia menemani, mendukung, mendengar, canda tawa yang menghibur, dan memberikan semangat dalam setiap langkah penulis sejak bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) hingga saat ini
8. Sahabat terdekat (Dinda Surya Medika, Puja Mutiara Hati, Raissa Silfa Andriani, Faiza Aliya Husna, dan Rahmayanti Rahayu) yang selalu memberikan motivasi, semangat, serta menjadi tempat berbagi suka dan duka bagi penulis sejak awal perkuliahan tahun ke-dua hingga saat ini
9. RRr. Dwiputri Nurtiara yang telah saling *support* dalam setiap langkah penulis sejak masa PKU hingga saat ini
10. Kak Yuseph dan Kak Liya selaku Kakak Asprak MK MPG Kelas P3 yang telah membantu dan memotivasi penulis selama proses penyusunan proposal
11. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 58 khususnya Paralel 3 yang telah saling *support* selama menempuh pendidikan di Departemen Gizi Masyarakat.

Karya tulis ini terbuka terhadap segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata, penulis berharap tulisan ini dapat memberikan manfaat bagi pihak yang membutuhkan dan kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2025

Putri Aissyah



@Hak cipta milik IPB University

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.



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Hipotesis	4
1.5 Manfaat	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu	7
3.2 Jenis dan Cara Penarikan Subjek	7
3.3 Tahapan Penelitian dan Strategi Intervensi	9
3.4 Pengembangan Materi	10
3.5 Media Intervensi	11
3.6 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	12
3.7 Pengolahan dan Analisis Data	13
3.8 Definisi Operasional	17
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	19
4.1 Pengembangan Media <i>Board Game</i> Petualangan Jajanan Sehat	19
4.2 Karakteristik Subjek	31
4.3 Karakteristik Keluarga Subjek	33
4.4 Pengetahuan Jajanan Sehat	34
4.5 Sikap Jajanan Sehat	37
4.6 Praktik Jajanan Sehat	38
4.7 Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Sehat	40
4.8 Perbedaan Asupan Gula, Natrium, Lemak, dan Serat dari Jajanan	44
4.9 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian	50
V SIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Simpulan	52
5.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	63
RIWAYAT HIDUP	90



DAFTAR TABEL

3.1	Perhitungan jumlah minimal sampel	8
3.2	Jenis, variabel, dan cara pengumpulan data	13
3.3	Variabel dan kategori data	14
4.1	Sebaran data karakteristik subjek	32
4.2	Sebaran data karakteristik keluarga subjek	33
4.3	Sebaran pengetahuan jajanan sehat subjek berdasarkan jawaban benar	35
4.4	Sebaran subjek berdasarkan kategori pengetahuan jajanan sehat	36
4.5	Sebaran subjek berdasarkan kategori sikap jajanan sehat	38
4.6	Sebaran subjek berdasarkan kategori praktik jajanan sehat	39
4.7	Hasil uji <i>Friedman</i> pengetahuan, sikap, dan praktik subjek	40
4.8	Hasil uji <i>post-hoc Wilcoxon</i> pengetahuan dan sikap subjek	42
4.9	Sebaran subjek berdasarkan kategori asupan dari jajanan	44
4.10	Hasil uji beda asupan gula, natrium, lemak, dan serat dari jajanan	47

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka pemikiran penelitian pengaruh edukasi gizi menggunakan media <i>board game</i> terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan sehat pada anak usia sekolah	6
3.1	Proses pengambilan subjek	8
3.2	Tahapan penelitian	10
4.1	Visualisasi media <i>Nutri-Venture</i>	20
4.2	Warna dan font <i>board game</i>	21
4.3	Logo <i>Nutri-Venture</i>	22
4.4	<i>Mainboard Nutri-Venture</i>	22
4.5	Pion karakter	23
4.6	Kartu pion	23
4.7	Token gizi	24
4.8	Kartu info jajanan sehat	24
4.9	Kartu petualangan jajanan sehat	25
4.10	Kartu aksi	25
4.11	Kartu spesial	26
4.12	Kartu hak petak	26
4.13	Kartu tabungan	27
4.14	Buku panduan (<i>rule book</i>)	27
4.15	Buku pegangan (<i>handbook</i>)	28
4.16	Kemasan <i>Nutri-Venture</i>	28
4.17	Dadu	29
4.18	Toko	29
4.19	Tampilan isi satu <i>box</i> permainan <i>Nutri-Venture</i>	31

DAFTAR LAMPIRAN

1 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik	64
2 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	65
3 Naskah Persetujuan Sebelum Penelitian Orang Tua/Wali	66
4 <i>Informed Consent</i> Penelitian	69
5 Kuesioner Karakteristik Keluarga	70
6 Naskah Persetujuan Sebelum Penelitian Subjek	71
7 <i>Informed Assent</i> Penelitian	74
8 Kuesioner Penelitian	75
9 <i>Food Recall</i>	80
10 Kartu Pion	81
11 Kartu Info Jajanan Sehat	82
12 Kartu Petualangan Jajanan Sehat	83
13 Kartu Aksi	84
14 Kartu Spesial	85
15 Kartu Hak Petak	86
16 Buku Panduan (<i>Rule Book</i>)	87
17 Buku Pegangan (<i>Handbook</i>)	88
18 Surat Pencatatan Ciptaan <i>Board Game</i> “ <i>Nutri-Venture</i> : Petualangan	89