



PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI *NUTRIGO BOARD GAME* DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

JIHAN MUTIA



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

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 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.



PERNYATAAN MENGENAI PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa proyek akhir dengan judul “Pengembangan Media Edukasi *NutriGo Board Game* dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak 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 proyek akhir ini.

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

Bogor, Juli 2025

Jihan Mutia
J0306211098

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.



ABSTRAK

JIHAN MUTIA. Pengembangan Media Edukasi *Nutrigo Board Game* dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. Dibimbing oleh ROSYDA DIANAH.

Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok yang rentan terhadap kekurangan gizi akibat keterbatasan pemahaman mengenai gizi seimbang dan minimnya akses terhadap informasi yang efektif, oleh karena itu diperlukan upaya edukasi gizi yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *nutrigo board game* terhadap pemahaman dan penerimaan siswa dalam edukasi gizi. Desain yang digunakan adalah *quasy experimental* dengan populasi siswa kelas 6 SD. Hasil karakteristik responden yaitu (50%) perempuan dan (50%) laki-laki dengan usia rata-rata 12 tahun. Penilaian tingkat kepuasan media *nutrigo board game* yaitu sangat disukai secara keseluruhan (83%). Hasil uji *paired sample t-test* diperoleh *p-value* ($<0,001$) yang artinya terdapat pengaruh signifikan pemberian edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan responden mengenai gizi seimbang. Uji statistik *independent sample t-test* diperoleh *p-value* (0,002) artinya terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi. Edukasi gizi dengan media *nutrigo board game* memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan mengenai gizi seimbang.

Kata kunci: *Nutrigo board game*, edukasi gizi, siswa, gizi seimbang

ABSTRACT

JIHAN MUTIA. Development of Nutrigo Board Game Educational Media in Improving Balanced Nutrition Knowledge in Elementary School Children. Supervised by ROSYDA DIANAH.

Primary school-aged children are vulnerable to malnutrition due to limited understanding of balanced nutrition and lack of access to effective information. Thus the need of nutrition education. This study aims to analyze the impact of Nutrigo Board Game on students understanding and acceptance of nutrition education. The design used was quasy experimental with a population of 6th grade students. The results of the characteristics of respondents were (50%) female and (50%) male with an average age of 12 years. The assessment of the level of satisfaction with the nutrigo board game media is very favorable overall (83%). The results of the paired sample t-test showed a *p-value* (<0.001), which means that there is a significant effect of providing nutrition education on the level of knowledge of respondents regarding balanced nutrition. Independent sample t-test statistical test showed a *p-value* (0.002), which means that there is a significant average difference between the intervention group and the control group after being given education. Nutrition education with nutrigo board game media has an influence on increasing knowledge about balanced nutrition.

Keywords: *Nutrigo board game*, nutrition education, student, balanced nutrition.



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. 13 Pelimpahan hak cipta atas karya tulis dari penelitian kerja sama dengan pihak luar IPB harus didasarkan pada perjanjian kerja sama yang terkait.



PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI *NUTRIGO BOARD GAME* DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

JIHAN MUTIA

Laporan Proyek Akhir
sebagai salah satu syarat 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
2025**

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 Laporan Akhir : Pengembangan Media Edukasi *Nutrido Board Game* dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar
Nama : Jihan Mutia
NIM : J0306211098

Disetujui oleh

Rosyda

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

Diketahui oleh

Annisa

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



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

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.

Tanggal Ujian :
16 Juni 2025

Tanggal Lulus :



@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.



PRAKATA

Segala puji dan syukur dipanjangkan kehadirat Allah SWT, atas segala karunia, rahmat, nikmat dan hidayah-Nya yang telah dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan proyek akhir yang berjudul “Pengembangan Media Edukasi *NutriGo Board Game* dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar”. Penulis mengucapkan terima kasih atas segala bantuan, bimbingan dan arahan yang diberikan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dosen pembimbing, Ibu Rosyda Dianah, S.K.M., M.K.M., yang telah memberikan bantuan, bimbingan serta motivasi selama proses penyusunan laporan proyek akhir ini.
2. Dosen pengaji, Bapak Firman Muhammad Basar, S.Pd., M.Pd., yang telah memberikan kritik dan saran selama proses penyusunan laporan proyek akhir ini.
3. Ketua Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi, Ibu Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si.
4. Kepala sekolah, guru dan siswa yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SDN Kebon Pedes 7 Bogor sehingga laporan proyek akhir ini dapat diselesaikan.
5. Kedua orang tua penulis, Ayahanda Iwan Kartiwa Kartasudjana dan Ibunda Rochayani serta kaka penulis, Roqif Nur Rizki yang telah membantu memberikan semangat, doa, kasih harapan dan dorongan moral dan spiritual kepada penulis dalam menyelesaikan laporan proyek akhir ini.
6. Teman yang selalu menemani penulis, Muhammad Farhan Reshaina yang selalu memberikan dukungan, mengorbankan waktu, pikiran dan tenaga untuk membantu penulis dalam menyelesaikan laporan proyek akhir ini.
7. Sahabat penulis, Puji Eka Lestari yang selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk membantu penulis dalam menyelesaikan laporan proyek akhir ini.
8. Teman terdekat penulis, Nessa, Nadira, Richa, Firani Muti'ah, Salsa, Fany, Fadhilah, Afina, Gizwa, Sheila dan Acalapati IPB yang selalu memberikan dukungan dan meluangkan waktunya untuk hadir dalam penyusunan laporan proyek akhir ini.
9. Teman terdekat penulis yang selalu menemani selama perkuliahan, Zahra Musthafawi, Khansa Aida Panular dan Marisha Nur Fajria yang telah membantu, memotivasi dan memberikan dukungan serta waktu dan tenaga yang berharga untuk membantu penulis dalam menyelesaikan laporan proyek akhir ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang secara tidak sengaja tidak tertulis di atas dan penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua.

Bogor, 4 Februari 2025

Jihan Mutia



@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.



DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	x
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	2
II KERANGKA PEMIKIRAN	3
III METODE PENELITIAN	4
3.1 Desain, Waktu dan Tempat	4
3.1.1 Desain Penelitian	4
3.1.2 Waktu dan Tempat Penelitian	4
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Contoh	4
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	5
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.4.1 Analisis Statistik Deskriptif	8
3.4.2 Analisis Statistik Inferensial	8
3.4.3 Uji Validitas dan Reliabilitas	9
3.5 Definisi Operasional	9
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	11
4.1 Karakteristik Responden	11
4.2 Pengembangan Media Edukasi <i>Nutrigo Board Game</i>	12
4.3 Penilaian Media Edukasi <i>Nutrigo Board Game</i>	16
4.4 Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media <i>Nutrigo Board Game</i> terhadap Pengetahuan Siswa/i di SDN Kebon Pedes 7 Bogor	19
V SIMPULAN DAN SARAN	25
5.1 Simpulan	25
5.2 Saran	25
DAFTAR PUSTAKA	27
LAMPIRAN	31
RIWAYAT HIDUP	40

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.

DAFTAR TABEL

1 Jenis dan Cara Pengambilan Data	5
2 Definisi Operasional	9
3 Karakteristik Responden	11
4 Penilaian Media Edukasi oleh Ahli Gizi dan Guru	16
5 Sebaran Responden berdasarkan Tingkat Kepuasan Media Nutrigo Game	28
6 Hasil Uji Validitas	20
7 Hasil Uji Reliabilitas	21
8 Sebaran Hasil Pre-test dan Post-test	22
9 Data Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	23
10 Rata-rata Skor dan Kategori Pengetahuan Gizi Seimbang Kelompok Perlakuan	35

DAFTAR GAMBAR

1 Kerangka Pemikiran Pengembangan Media Edukasi Nutrigo Board Game	3
2 Desain Nutrigo Board Game	13
3 Desain Clue Card, Information Card dan Quiz Card Tampilan Depan	14
4 Desain Clue Card, Information Card dan Quiz Card Tampilan Belakang	14
5 Pelaksanaan Nutrigo Board Game	15

DAFTAR LAMPIRAN

1 Lembar Informed Consent	32
2 Media Nutrigo Board Game dan Power Point	33
3 Kuesioner Tingkat Pengetahuan	34
4 Kuesioner Tingkat Kepuasan Media	36
5 Surat Izin Penelitian	37
6 Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan	38
7 Perhitungan Uji Normalitas dengan SPSS	38
8 Hasil Uji Paired Sample T-Test dengan SPSS	39
9 Hasil Uji Independent Sample T-Test dengan SPSS	39