



PENGARUH BUKUSAKU SMART GIZI DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG LABEL GIZI PADA ORANG TUA BALITA

HURRIA ULFAH



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INTITUT 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 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.

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 memperbaik 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 ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengulang kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbaiknya sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan akhir dengan judul “Pengaruh Buku Saku SMART Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Label Gizi pada Orang Tua Balita ” 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 akhir ini. Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2025

Huria Ulfah
J0306211085

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.



ABSTRAK

HURRIA ULFAH. Pengaruh Buku Saku SMART Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Label Gizi pada Orang Tua Balita. Dibimbing oleh ANNISA RIZKIRIANI.

Rendahnya literasi gizi, terutama dalam memahami label makanan kemasan, dapat menyebabkan kesalahan dalam memilih makanan untuk balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas buku saku SMART Gizi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap orang tua mengenai label gizi dan pemilihan makanan sehat. Penelitian menggunakan desain *one group pretest-posttest* dengan melibatkan 47 orang tua balita di wilayah Puskesmas Sempur. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan ($Z = -4,925$; $p < 0,05$) dan sikap ($Z = -5,239$; $p < 0,05$) setelah intervensi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 6,02 menjadi 8,23 dan sikap dari 41,25 menjadi 47,70. Sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan (74,5%) dan sikap (97,9%). Meskipun korelasi antara pengetahuan dan sikap bersifat lemah ($r = 0,283$; $p = 0,054$), buku saku ini terbukti efektif dalam meningkatkan literasi gizi orang tua balita.

Kata kunci: Buku Saku SMART Gizi, label gizi, orang tua balita

ABSTRACT

HURRIA ULFAH. *The Effect of SMART Nutrition Pocket Book on Improving Knowledge and Attitudes About Nutrition Labels Among Parents of Toddlers.* Supervised by ANNISA RIZKIRIANI.

Low nutrition literacy, especially in understanding packaged food labels, can lead to poor food choices for toddlers. This study aimed to evaluate the effectiveness of the SMART Nutrition Pocket Book in improving parents' knowledge and attitudes toward nutrition labels and healthy food selection. A one-group pretest-posttest design was applied to 47 parents at Puskesmas Sempur. The results showed significant improvements in knowledge ($Z = -4.925$; $p < 0.05$) and attitudes ($Z = -5.239$; $p < 0.05$) after the intervention. The average knowledge score increased from 6.02 to 8.23, and attitude score from 41.25 to 47.70. Most participants showed improvement in knowledge (74.5%) and attitudes (97.9%). Although the correlation between knowledge and attitude was weak ($r = 0.283$; $p = 0.054$), the pocket book proved to be an effective educational tool to enhance parental nutrition literacy.

Keywords: SMART Nutrition Pocket Book, nutrition label, toddler parents



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.



PENGARUH BUKU SAKU SMART GIZI DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG LABEL GIZI PADA ORANG TUA BALITA

HURRIA ULFAH

Laporan Proyek Akhir

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

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.

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



Penguji pada ujian Laporan Akhir: Vieta Annisa Nurhidayati, S.Gz., M.Sc.

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 : Pengaruh Buku Saku SMART Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Label Gizi pada Orang Tua Balita
Nama : Hurria Ulfah
NIM : J0306211085

Disetujui oleh

Pembimbing:
Annisa Rizkiriani, S.Gz., M.Si.

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 Juli 2025

Tanggal Lulus:

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.

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 memperbaik sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga laporan proyek akhir ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan April 2025 ini adalah “Pengaruh Buku Saku SMART Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Label Gizi pada Orang Tua Balita”.

Terima kasih penulis ucapan kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian proyek akhir ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Ibu Annisa Rizkiriani S.Gz.,M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan, arahan, kritik yang membangun, saran, serta motivasi kepada penulis sehingga laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. Ibu Vieta Annisa Nurhidayati, S.Gz., M.Sc., selaku Dosen Moderator Seminar dan Dosen Pengaji, yang telah memberikan masukan dan saran yang berharga demi penyempurnaan laporan tugas akhir ini.
3. Kepada Ibu Yulia Fitri dan Bapak Zulfadli, yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang, serta semangat yang tak ternilai kepada penulis dalam setiap langkah, sehingga laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Kepada seluruh keluarga besar serta adik-adik tercinta, yang senantiasa memberikan dukungan, doa, dan semangat selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Puskesmas Sempur, beserta Ahli Gizi dan Bidan Puskesmas, atas izin, dukungan, serta kerja sama yang telah diberikan selama proses penelitian ini berlangsung. Bantuan yang diberikan, baik dalam bentuk bimbingan, kemudahan akses kepada responden, maupun fasilitas yang disediakan, sangat membantu kelancaran pelaksanaan penelitian.
6. Kepada sahabat-sahabat penulis:Raisa, Roja, Keluarga Cemara Abdullah yang telah memberikan dukungan, semangat, kebersamaan, dan bantuan selama proses penyusunan tugas akhir ini
7. Kepada Arsil Muhlisin, atas dukungan yang tidak pernah putus selama proses penyusunan laporan ini.

Bogor, Juli 2025

Penulis

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 memperbaik sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vi
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	
1.4 Manfaat	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE PENELITIAN	5
3.1 Desain, Tempat, Waktu	5
3.2 Populasi, Sampel, Kriteria Inklusi	5
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	6
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	7
3.5 Definisi Operasional	7
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	9
4.1 Alur Perancangan Media Edukasi SMART Gizi	9
4.2 Uji Validitas dan Reliabilitas	12
4.3 Karakteristik Responden	12
4.4 Hasil Pre dan Post Test Tingkat Pengetahuan Label Gizi Orang Tua	14
4.5 Hasil Pre Test dan Post Test Sikap Pemilihan Makanan Sehat	17
4.6 Uji Normalitas	18
4.7 Uji Wilcoxon	19
4.8 Uji Hubungan Pengetahuan Label Gizi dan Pemilihan Makanan Sehat	20
V SIMPULAN DAN SARAN	22
5.1 SIMPULAN	22
5.2 SARAN	22
DAFTAR PUSTAKA	24
RIWAYAT HIDUP	42

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

h.

i.

j.

k.

l.

m.

n.

o.

p.

q.

r.

s.

t.

u.

v.

w.

x.

y.

z.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.

ii.

jj.

kk.

ll.

mm.

nn.

oo.

pp.

qq.

rr.

ss.

tt.

uu.

vv.

ww.

xx.

yy.

zz.

aa.

bb.

cc.

dd.

ee.

ff.

gg.

hh.



1 Rancangan Penelitian
2 Jenis dan Cara Pengumpulan Data
3 Definisi Operasional
4 Hasil Penilaian Validasi Media
5 Uji Reliabilitas Pengetahuan
6 Sebaran Usia Ibu
7 Sebaran Pendidikan Ibu
8 Sebaran Penghasilan Ibu
9 Sebaran Status Gizi Ibu
10 Sebaran Status Gizi Anak
11 Hasil pre test pengetahuan label gizi
12 Hasil Post Test Pengetahuan Label Gizi
13 Rata-rata skor pengetahuan
14 Hasil PreTest Pemilihan Makanan Sehat
15 Hasil Post Test Pemilihan Makanan Sehat
16 Rata-rata skor sikap
17 Uji Normalitas Pengetahuan Label Gizi
18 Uji Normalitas Pemilihan Makanan Sehat
19 Uji Wilcoxon Pengetahuan Label Gizi
20 Uji Wilcoxon
21 Uji Wilcoxon Pemilihan Makanan Sehat
22 Uji Wilcoxon
23 Uji Spearman

11 Dokumentasi Kegiatan
10 Kuisisioner Penelitian
9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
8 Uji Validitas Kuisisioner
7 Uji Kelayakan Media Bidan
6 Uji Kelayakan Media Ahli Gizi
5 Media Buku Saku Smart Gizi
4 Surat Kesbangpol
3 Surat Izin Penelitian Kesbangpol
2 Surat Izin Penelitian Kelurahan Tegallega
1 Surat Izin Penelitian Puskesmas

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 ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengulang kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbaiknya sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

1	Rancangan Penelitian	5
2	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	6
3	Definisi Operasional	7
4	Hasil Penilaian Validasi Media	11
5	Uji Reliabilitas Pengetahuan	12
6	Sebaran Usia Ibu	13
7	Sebaran Pendidikan Ibu	13
8	Sebaran Penghasilan Ibu	13
9	Sebaran Status Gizi Ibu	14
10	Sebaran Status Gizi Anak	14
11	Hasil pre test pengetahuan label gizi	15
12	Hasil Post Test Pengetahuan Label Gizi	15
13	Rata-rata skor pengetahuan	16
14	Hasil PreTest Pemilihan Makanan Sehat	17
15	Hasil Post Test Pemilihan Makanan Sehat	17
16	Rata-rata skor sikap	18
17	Uji Normalitas Pengetahuan Label Gizi	18
18	Uji Normalitas Pemilihan Makanan Sehat	18
19	Uji Wilcoxon Pengetahuan Label Gizi	19
20	Uji Wilcoxon	19
21	Uji Wilcoxon Pemilihan Makanan Sehat	19
22	Uji Wilcoxon	20
23	Uji Spearman	20

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka Pemikiran	4
2	Cover buku saku SMART Gizi	9
3	Halaman isi materi	10
4	Halaman isi materi (Lanjutan)	11
5	Frekuensi Jawaban Benar	16

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat Izin Penelitian Puskesmas	28
2	Surat Izin Penelitian Kelurahan Tegallega	29
3	Surat Izin Penelitian Kesbangpol	30
4	Surat Kesbangpol	31
5	Media Buku Saku Smart Gizi	32
6	Uji Kelayakan Media Ahli Gizi	34
7	Uji Kelayakan Media Bidan	35
8	Uji Validitas Kuisisioner	36
9	Lembar Persetujuan Menjadi Responden	37
10	Kuisisioner Penelitian	38
11	Dokumentasi Kegiatan	41