



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 mengurangi kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PENGARUH MEDIA UALAR TANGGA PGS TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK GIZI PADA SISWA SEKOLAH DASAR

RAHMAYANTI RAHAYU



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
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.





PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Media Ular Tangga PGS terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi pada Siswa 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 skripsi ini.

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

Bogor, Juni 2025

Rahmayanti Rahayu
I1401211008

- 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 mengikuti 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

RAHMAYANTI RAHAYU. Pengaruh Media Ular Tangga PGS terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi pada Siswa Sekolah Dasar. Dibimbing oleh BUDI SETIAWAN.

Kebiasaan konsumsi pangan anak usia sekolah dasar belum sesuai dengan pesan gizi seimbang, sehingga rentan mengalami masalah gizi. Salah satu upaya dalam menyampaikan pesan gizi seimbang adalah memberikan pendidikan gizi menggunakan media interaktif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh media Ular Tangga PGS terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik gizi pada siswa sekolah dasar. Desain penelitian ini adalah *quasy experimental* dengan *pre-test post-test one group design*, dilaksanakan pada Agustus-Oktober 2024 di SDN Carangpulang 02 dan SDN Tenjosari. Subjek penelitian intervensi yaitu 25 siswa kelas V SDN Tenjosari. Subjek kelompok intervensi pada penelitian ini sebagian besar laki-laki (52,0%), mayoritas berusia 10 tahun (52,0%), serta sebagian besar subjek memiliki status gizi baik (64,0%). Mayoritas subjek kelompok tingkat penerimaan sangat menyukai media Ular Tangga PGS (88,0%). Hasil uji beda pada aspek pengetahuan gizi menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah pemberian intervensi ($p<0,05$). Hasil uji beda pada aspek sikap gizi menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan sebelum dan setelah pemberian intervensi ($p>0,05$). Adapun aspek praktik gizi dan keragaman konsumsi pangan menunjukkan perbedaan signifikan ($p<0,05$).

Kata kunci: media edukasi gizi, pengetahuan gizi, permainan ular tangga, praktik gizi, sikap gizi

ABSTRACT

RAHMAYANTI RAHAYU. The Influence of the PGS Snakes and Ladders Media on Knowledge, Attitudes, and Nutritional Practices in Elementary School Students. Supervised by BUDI SETIAWAN.

The eating habits of elementary school children are not yet in line with the message of balanced nutrition, which makes them vulnerable to nutritional problems. One of the efforts in conveying the message of balanced nutrition is by providing nutrition education using interactive media to enhance knowledge, attitudes, and practices of balanced nutrition. This study aims to analyze the influence of the PGS Snakes and Ladders media on knowledge, attitudes, and nutrition practices among elementary school students. The research design used is quasi-experimental with a one-group pre-test post-test design, conducted in August-October 2024 at SDN Carangpulang 02 and SDN Tenjosari. The subjects of the intervention research are 25 fifth-grade students from SDN Tenjosari. The subjects in the intervention group of this study were mostly male (52.0%), the majority were 10 years old (52.0%), and most of the subjects had good nutritional status (64.0%). The majority of subjects in the acceptance level group really liked the PGS Snakes and Ladders media (88.0%). The results of the difference test on the nutritional



knowledge aspect showed a significant difference before and after the intervention ($p<0.05$). The results of the difference test on the nutritional attitude aspect showed no significant difference before and after the intervention ($p>0.05$). The aspects of nutritional practices and food consumption diversity showed significant differences ($p<0.05$).

Keywords: nutrition attitudes, nutrition education media, nutrition knowledge, nutrition practices, snakes and ladders game

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.



©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 milik IPB, tahun 2025¹
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 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.



PENGARUH MEDIA UALAR TANGGA PGS TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK GIZI PADA SISWA SEKOLAH DASAR

RAHMAYANTI RAHAYU

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**

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1 Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S.

- 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 Media Ular Tangga PGS terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi pada Siswa Sekolah Dasar
Nama : Rahmayanti Rahayu
NIM : I1401211008

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.

Disetujui oleh

Pembimbing :
Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S.

Diketahui oleh

Plh. Ketua Departemen Gizi Masyarakat :
Zuraidah Nasution, S.TP., M.Sc., Ph.D.
NIP 198109062014042001

Tanggal Ujian:
27 Mei 2025

Tanggal Lulus: 13 JUN 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 laporan, penyusunan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak mengujikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh Media Ular Tangga PGS terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi pada Siswa Sekolah Dasar” ini dapat diselesaikan. Selama penyusunan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. Budi Setiawan, M.S. selaku dosen pembimbing skripsi sekaligus dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, saran, serta motivasi sejak awal penulisan proposal hingga penulisan skripsi ini selesai.
2. Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S. selaku dosen pengaji yang telah memberikan arahan, saran, serta masukannya dalam penyempurnaan penulisan skripsi.
3. Kepala sekolah, guru, dan siswa kelas 5 SDN Tenjosari dan SDN Carangpulang 02 atas pemberian izin, sarana, dan waktu untuk dilaksanakannya penelitian ini.
4. Seluruh dosen Departemen Gizi Masyarakat yang telah memberikan ilmu dan membimbing penulis selama kuliah.
5. Kedua orang tua (Bapak Aceng dan Ibu Yuhani) serta keluarga terkasih yang telah memberikan dukungan, doa, dan kasih sayangnya.
6. Handika yang telah menginspirasi intervensi gizi dengan media ular tangga ini serta selalu membantu, menemani, dan memotivasi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teman-teman dekat di Gizi Masyarakat, yaitu Dinda, Faiza, Puja, Isah, dan Raissa, yang selalu memotivasi, mendukung dan membantu penulis.
8. Teman-teman Gizi Masyarakat 58 (Kanigara Adiwidya) dan staf Program Studi Sarjana Ilmu Gizi atas bantuan dan dukungannya selama proses penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya ilmiah ini masih terdapat kekurangan, namun penulis berharap semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat untuk banyak pihak.

Bogor, Juni 2025

Rahmayanti Rahayu

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	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Teknik Penarikan Subjek	6
3.3 Proses Pembuatan Media	7
3.4 Tahapan Penelitian	7
3.5 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	9
3.6 Pengolahan dan Analisis Data	10
3.7 Definisi Operasional	13
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Gambaran Umum Sekolah	14
4.2 Karakteristik Subjek	14
4.3 Karakteristik Sosial Ekonomi Keluarga Subjek	16
4.4 Tingkat Penerimaan terhadap Ular Tangga PGS	18
4.5 Pengetahuan Gizi Seimbang Subjek	21
4.6 Sikap Gizi Seimbang Subjek	25
4.7 Praktik Gizi Seimbang Subjek	28
V SIMPULAN DAN SARAN	34
5.1 Simpulan	34
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	42
RIWAYAT HIDUP	65



DAFTAR TABEL

3.1	Jenis, variabel, dan cara pengumpulan data	9
3.2	Pengkategorian dan analisis variabel penelitian	12
4.1	Sebaran karakteristik subjek	15
4.2	Sebaran karakteristik sosial ekonomi keluarga subjek	16
4.3	Sebaran subjek kelompok uji tingkat penerimaan terhadap media	18
4.4	Sebaran pengetahuan gizi subjek pada setiap pertanyaan	21
4.5	Hasil uji beda pengetahuan gizi subjek pada setiap pilar gizi seimbang	23
4.6	Sebaran subjek berdasarkan tingkat pengetahuan gizi	24
4.7	Hasil uji beda pengetahuan gizi subjek sebelum dan setelah intervensi	25
4.8	Hasil analisis sikap gizi subjek sebelum dan setelah intervensi	26
4.9	Hasil analisis sikap subjek pada setiap pilar gizi seimbang	27
4.10	Hasil analisis praktik gizi subjek sebelum dan setelah intervensi	28
4.11	Hasil analisis praktik subjek pada setiap pilar gizi seimbang	30
4.12	Sebaran jenis kelompok pangan yang dikonsumsi subjek	31
4.13	Hasil analisis DDS subjek sebelum dan setelah intervensi	32

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka pemikiran pengaruh media Ular Tangga PGS terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik gizi pada siswa sekolah dasar	5
3.1	Tahapan penelitian	8

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat keterangan lolos kaji etik	43
2	Naskah penjelasan sebelum persetujuan dari orang tua subjek	44
3	Naskah penjelasan sebelum persetujuan dari subjek	46
4	Formulir <i>informed consent</i> untuk orang tua/wali subjek	48
5	Formulir <i>informed assent</i> untuk siswa	49
6	Media edukasi Ular Tangga PGS	50
7	Kuesioner tingkat penerimaan	53
8	Kuesioner karakteristik subjek dan keluarga subjek	54
9	Lembar kuesioner <i>baseline</i> dan <i>endline</i>	55

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

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- Pengutipan tidak mengurangi kepentingan yang wajar IPB University.