SKRIPSI

PENGARUH MEDIA PENDIDIKAN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG DI SDK SANTA MARIA KOTA MADIUN

Oleh :

ODILIA PUTRI FAJARSIWI

NIM : 202002091

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2024

SKRIPSI

PENGARUH MEDIA PENDIDIKAN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG DI SDK SANTA MARIA KOTA MADIUN

Diajukan untuk memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

ODILIA PUTRI FAJARSIWI

NIM : 202002091

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal Skripsi Oleh :
Nama : Odilia Putri Fajarsiwi
NIM : 202002091
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH MEDIA PENDIDIKAN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN ANAK TENTANG PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG DI SDK SANTA MARIA KOTA MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Proposal Skripsi pada tanggal 19 Desember 2023

Menyetujui Pembimbing I	Menyetujui Pembimbing II
Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kep	Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes
NIDN.0708078802	NIDN. 0711037803

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068901

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : Odilia Putri Fajarsiwi
NIM : 202002091
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH MEDIA PENDIDIKAN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG DI SDK SANTA MARIA KOTA MADIUN

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 12 Agustus 2024

Ketua : Kartika, S. Kep., Ns., M.K.M : .....
NIDN. 0710118806

Penguji I : Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes : .....
NIDN. 0708078802

Penguji II : Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes : .....
NIDN. 0711037803

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Odilia Putri Fajarsiwi

NIM : 202002091

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri yang di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 05 Agustus 2024

Odilia Putri Fajarsiwi
NIM.202002091

MOTTO

"Hukum tabur tuai itu nyata, segala sesuatu yang kita capai pada hari ini bukanlah sebuah kebetulan belaka melainkan buah yang kita petik dari benih yang kita tanam"

"Oleh karena itu selagi ada kesempatan untuk menanam kebaikan perbanyaklah agar kelak kau tuai kebaikan dan kesuksesan bagi masa depan dari hasil yang telah kau tanam"

-Odilia Putri Fajarsiwi-

PERSEMBAHAN

Puji Syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia yang telah diberikan kedalam hidup saya. Puji Tuhan skripsi ini dapat saya selesaikan secara tepat waktu dan saya persembahkan kepada orang – orang yang berharga dalam hidup saya. Untuk karya yang sederhana ini, maka penulis persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua (Ayah dan Ibu), terima kasih yang sangat luar biasa Ayah dan Ibu untuk semua cinta, kasih sayang, perjuangan, pengorbanan, kerja keras, dan segala yang kalian berikan sampai saya bisa menjadi seperti sekarang ini.
2. Keluarga besar saya yang telah banyak membantu saya dalam berproses menjadi pribadi yang lebih baik dan berguna, turut serta mendukung saya dalam berbagai hal dan aspek.
3. Teruntuk kekasih tercinta yang selalu menemani dan selalu menjadi support system penulis selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih telah memberikan dukungan, semangat tenaga pikiran, materi apapun bantuan dan senantiasa sabar menghadapi saya, terimakasih telah menjadi bagian perjalanan saya hingga penyusunan skripsi ini.
4. Teruntuk seluruh Dosen Prodi Keperawatan, terimakasih untuk bimbingan dan ilmu – ilmu yang sudah diberikan selama saya menempuh pendidikan sarjana.
5. Sahabat – sahabat saya “Nisma Heni dan M. Vendra Daffa”, terimakasih atas semua kebersamaan selama ini. Terimakasih atas dukungan dan semangat yang kalian berikan sehingga proses pembuatan skripsi ini berjalan dengan lancar dan tepat waktu.

6. Dan terakhir untuk diri saya sendiri. Terimakasih karena sudah bertahan sejauh ini. Semoga kelak menjadi pribadi yang lebih baik dan bertanggung jawab.

KATA PENGANTAR

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yang Maha Esa, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini guna memenuhi salah satu persyaratan dalam mencapai Gelar Sarjana Keperawatan di Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.

Penulis ingin menyampaikan penghargaan yang tulus kepada semua pihak yang telah membantu, menasehati, dan menginspirasi penulis selama penyusunan skripsi ini. Oleh sebab itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Wiwik Andriani, S.Pd. SD, selaku kepala sekolah SDK Santa Maria Madiun
2. Zaenal Abidin, SKM., M.Kes (Epid), selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
3. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
4. Ibu Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing pertama yang telah memberikan waktu, energi, dan pengetahuan bagi perkembangan dan pemahaman penulis.
5. Ibu Riska Ratnawati, SKM., M.Kes selaku pembimbing kedua yang telah memberikan waktu, energi, dan pengetahuan bagi perkembangan dan pemahaman penulis.
6. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program Studi Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
7. Orang tua serta kekasih saya yang selalu memberi dukungan, doa, dan nasehat. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas bantuan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun selalu diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat menjadi ungkapan kecil dari apresiasi penulis terhadap ilmu keperawatan dan juga dapat memajukan ilmu

keperawatan serta dapat membantu memajukan ilmu keperawatan, menginspirasi penelitian baru, dan memperbaiki masyarakat.

Semoga Tuhan YME senantiasa memberikan rahmat dan petunjuk-Nya kepada kita semua.

Madiun, 06 Agustus 2024

Odilia Putri Fajarsiwi
NIM. 202002091

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Odilia Putri Fajarsiwi

Tempat dan Tanggal lahir : Ngawi, 12 April 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Katolik

Alamat : Jalan Haji Agus Salim no. 142 RT. 13 RW. 04

Kecamatan Manguharjo Kota Madiun

Email : odiliakristiawan@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Tahun 2006-2008 : TKK Santo Antonius
2. Tahun 2008-2014 : SDK Santa Maria
3. Tahun 2014-2017 : SMPK Santo Bernardus
4. Tahun 2017-2020 : SMAK Santo Bonaventura
5. Tahun 2020- sekarang : STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Program Studi Keperawatan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2024

ABSTRAK

PENGARUH MEDIA PENDIDIKAN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG DI SDK SANTA MARIA KOTA MADIUN

Odilia Putri Fajarsiwi

Pengetahuan gizi seimbang merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber – sumber zat gizi pada makanan serta bagaimana hidup sehat. Salah satu cara dalam meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dengan menggunakan media pendidikan *flashcard* sebagai media pembelajaran yang berhubungan dengan gambar, teks, atau tanda simbol yang ada pada kartu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media pendidikan flashcard terhadap pengetahuan anak tentang pedoman umum gizi seimbang di SDK Santa Maria Kota Madiun.

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experimental* dengan desain *Two Group Pretest-Posttest Design With Control Group.* Populasi sejumlah 40 orang. Pengambilan sampel menggunakan *Proporsional Random Sampling* dengan jumlah 36 responden, dibagi menjadi 2 untuk kelompok eksperimen media pendidikan *flashcard* dan kelompok kontrol.

Analisis uji statistik dengan menggunakan uji *Mann Whitney-U* menunjukkan ada perbedaan yang bermakna antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pedoman umum gizi seimbang. Didapatkan nilai *p-value* 0,000 (<α=0,05) pada kelompok eksperimen, dan p-value 0,000 (<α=0,05) pada kelompok kontrol, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada pengaruh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pedoman umum gizi seimbang.

Media pendidikan *flashcard* cukup efektif digunakan dalam penyampaian materi khususnya tentang pedoman umum gizi seimbang. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh media pendidikan flashcard terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang pedoman umum gizi seimbang di SDK Santa Maria Kota Madiun.

Kata Kunci : Pengetahuan Anak Usia Sekolah, Media Pendidikan *Flashcard*, dan Gizi Seimbang.

Nursing Study Program
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2024

ABSTRACT

THE EFFECT OF FLASHCARD EDUCATIONAL MEDIA ON THE KNOWLEDGE OF SCHOOL-AGE CHILDREN ABOUT GENERAL GUIDELINES FOR BALANCED NUTRITION AT SANTA MARIA ELEMENTARY SCHOOL, MADIUN CITY

Odilia Putri Fajarsiwi

Balanced nutrition knowledge is knowledge about food and nutrients, sources of nutrients in food and how to live a healthy life. One way to increase the knowledge of school-age children by using flashcard educational media as a learning medium related to images, text, or symbols on cards. The purpose of this study was to determine the effect of flashcard educational media on children's knowledge about general guidelines for balanced nutrition at Santa Maria Elementary School Madiun City.

This type of research is Quasi Experimental with Two Group Pretest-Posttest Design With Control Group. The population was 40 people. Sampling using Proportional Random Sampling with a total of 36 respondents, divided into 2 for the flashcard educational media experimental group and the control group.

Statistical test analysis using the Mann Whitney-U test showed that there was a significant difference between the experimental group and the control group on the knowledge of school-age children about general guidelines for balanced nutrition. The p-value of 0.000 (<α=0.05) was obtained in the experimental group, and the p-value of 0.000 (<α=0.05) in the control group, so H0 was rejected and H1 was accepted, meaning that there was an effect of the experimental group and the control group on the knowledge of school-age children about general guidelines for balanced nutrition.

Flashcard educational media is quite effective in delivering material, especially about general guidelines for balanced nutrition. This study shows that there is an effect of flashcard educational media on the knowledge of school-age children about general guidelines for balanced nutrition at Santa Maria Elementary School Madiun City.

Keywords: Knowledge of School Age Children, Flashcard Educational Media, and Balanced Nutrition.

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN i
SAMPUL BELAKANG ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
HALAMAN PERNYATAAN v
MOTTO vi
PERSEMBAHAN vii
KATA PENGANTAR x
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ix
ABSTRAK xi
ABSTRACT xii
DAFTAR ISI xiii
DAFTAR TABEL xv
DAFTAR GAMBAR xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN xviii
BAB 1 PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.3.1 Tujuan Umum 4
1.3.2 Tujuan Khusus 5
1.4 Manfaat Penelitian 5
1.4.1 Manfaat Teoritis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA
2.1 Konsep Pendidikan Kesehatan 7
2.1.1 Pengertian 7
2.1.2 Tujuan 7
2.2 Konsep Pengetahuan 8
2.2.1 Pengertian 8
2.2.2 Tingkat Pengetahuan 9
2.2.3 Alat Ukur Pengetahuan 10
2.3 Media Pendidikan *Flashcard* 11
2.3.1 Pengertian 11
2.3.2 Karakteristik dan Macam-Macam Media Pendidikan *Flashcard* 11
2.3.3 Kelebihan Media Pendidikan *Flashcard* 14
2.3.4 Langkah-Langkah Menggunakan Media Pendidikan *Flashcard* 14
2.4 Konsep Gizi Seimbang 14
2.4.1 Pengertian Gizi Seimbang 14
2.4.2 Tujuan Gizi Seimbang 14
2.4.3 Pedoman Dan Pesan Gizi Seimbang 15
2.4.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Anak 18
2.4.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi Seimbang 18
2.4.6 Empat Pilar Gizi Seimbang 21
2.4.7 Dampak-Dampak Kelebihan Nutrisi Pada Anak 24

2.5 Anak Sekolah Dasar 25
2.5.1 Pengertian 25
2.5.2 Karakteristik 26
2.6 Media Pendidikan 26
2.6.1 Pengertian 26
2.6.2 Manfaat 27
2.6.3 Jenis Media Pendidikan 28
2.7 Kerangka Teori 32
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN
3.1 Kerangka Konseptual 33
3.2 Hipotesis Penelitian 34
BAB 4 METODE PENELITIAN
4.1 Desain Penelitian 35
4.2 Populasi dan Sampel 36
4.2.1 Populasi 36
4.2.2 Sampel 36
4.3 Teknik Sampling 38
4.4 Kerangka Kerja 39
4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 40
4.5.1 Variabel Penelitian 40
4.5.2 Definisi Operasional 40
4.6 Instrumen Penelitian 41
4.7 Uji Validitas dan Reabilitas 41
4.7.1 Uji Validitas 41
4.7.2 Uji Reabilitas 42
4.8 Lokasi dan Waktu Penelitian 43
4.8.1 Lokasi Penelitian 43
4.8.2 Waktu Penelitian 43
4.9 Prosedur Pengumpulan Data 43
4.10 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data 46
4.10.1 Teknik Pengolahan Data 46
4.10.2 Analisa Data 47
4.11 Etika Penelitian 49
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
5.1 Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian 51
5.2 Hasil Penelitian 52
5.2.1 Data Umum Responden 52
5.2.2 Data Khusus Responden 53
5.2.3 Hasil Analisa Bivariat 56
5.3 Pembahasan 57
5.3.1 Tingkat Pengetahuan Sebelum Penkes 57
5.3.2 Tingkat Pengetahuan Sesudah Penkes 59
5.3.3 Pengaruh Media Pendidikan Flashcard 62
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN
6.1 Kesimpulan 66
6.2 Saran 67
DAFTAR PUSTAKA 69

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Alat Ukur Pengetahuan 11
Tabel 4.1 Definisi Operasional 40
Tabel 4.2 Nilai Validitas Kuesioner Pengetahuan 42
Tabel 4.3 Nilai Reabilitas Kuesioner Pengetahuan 43
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur 52
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 53
Tabel 5.3 Distribusi Kategori Pengetahuan Sebelum Diberikan Penkes 54
Tabel 5.4 Distribusi Kategori Pengetahuan Setelah Diberikan Penkes 54
Tabel 5.5 Hasil Uji Normalitas Tingkat Pengetahuan 55
Tabel 5.6 Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan 56
Tabel 5.7 Pengaruh Media Pendidikan *Flashcard* 56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Pedoman Gizi Seimbang 16
Gambar 2.2 Isi Piringku 17
Gambar 2.3 Kerangka Teori 32
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual 33
Gambar 4.1 Desain Penelitian 35
Gambar 4.2 Kerangka Penelitian 39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Perizinan Data Awal 72
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian 73
Lampiran 3 Surat Keterangan Selesai Penelitian 74
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden 75
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden 76
Lampiran 6 Lembar Penjelasan Penelitian 77
Lampiran 7 Kuesioner Pedoman Umum Gizi Seimbang 78
Lampiran 8 Kunci Jawaban Kuesioner 83
Lampiran 9 Kisi – kisi Kuesioner 84
Lampiran 10 SOP Penggunaan Media Pendidikan *Flashcard* 85
Lampiran 11 SAP Media Pendidikan *Flashcard* 86
Lampiran 12 Tabulasi Tingkat Pengetahuan Anak Usia Sekolah 89
Lampiran 13 Persentase Hasil Kuesioner 92
Lampiran 14 Hasil Uji Statistik 94
Lampiran 15 Dokumentadi Penelitian 96
Lampiran 16 Jadwal Kegiatan Penelitian Skripsi 98
Lampiran 17 Lembar Konsultasi Bimbingan 99
Lampiran 18 Media Pendidikan *Flashcard* 100

DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

Daftar Singkatan

GAS	: *Program Gizi Anak Sekolah*
IPTEK	: *Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*
UNICEF	: *United Nations Children's Fund*
PGS	: *Pedoman Gizi Seimbang*
TGS	: *Tumpeng Gizi Seimbang*

Daftar Istilah

Anonimity	: Menjaga kerahasiaan
Application	: Aplikasi
Balanced	: Seimbang
Children	: Anak - Anak
Cut Off Point	: Titik Potong
Coding	: Pengolahan kode
Comprehension	: Pemahaman
Confidentiality	: Kerahasiaan
Drop Out	: Keluar
Editing	: Menyunting
Educational	: Pendidikan
Elementary School	: Sekolah Dasar
Evaluation	: Evaluasi
Film Slide	: Slide Film
Flashcard	: Kartu Flash
General	: Umum
High Speed Photography	: Fotografi Kecepatan Tinggi
Informed *Consent*	: Persetujuan
IQ (Intelligence Quotient)	: Tingkat Kecerdasan
Know	: Tahu
Knowlegde	: Pengetahuan
Media	: Alat Saluran Komunikasi
Nutrion	: Nutrisi

Overt Behavior	: Perilaku Terbuka
Pre Test	: Pra Tes
Post Card	: Kartu Pos
Post Test	: Pasca Tes
Scoring	: Memberikan penilaian
Synthesis	: Perpaduan
Tabulating	: Tabulasi
Timelapse	: Selang Waktu
The Effect	: Pengaruh
Sound Slide	: Slide Suara
Variability	: Variabilitas