

**PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

**MINANDA QULISAH
NIM. 22010111**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MEDIKA NURUL ISLAM
2026**

LEMBAR ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Minanda Qulisah

Nim : 22010111

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk dalam penulisan skripsi ini saya nyatakan dengan benar telah sesuai dengan kaidah-kaidah penulisan ilmiah.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dapat dipertanggung jawabkan.

Sigli, 15 Desember, 2025

Yang membuat pernyataan



MINANDA QULISAH
NIM. 22010111

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul :

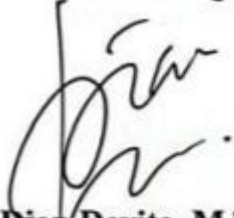
**PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA**

Oleh :

**MINANDA QULISAH
NIM. 22010111**

Telah Disetujui Untuk dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Medika Nurul Islam

Sigli, 20 Desember, 2025
Pembimbing


Ns. Dian Devita, M.Tr.Kep
NUPTK. 3538773674230313

Mengetahui
Ketua

Program Studi Ilmu Keperawatan
(STIKes) Medika Nurul Islam




Ns. Lisnawati Rahayu, M.Kep
NUPTK : 8535769670230303

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA**

Oleh :

**MINANDA QULISAH
NIM. 22010111**

Telah Disidangkan Di Hadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika
Nurul Islam

Sigli, 03 Januari, 2026

Mengesahkan

- | | | |
|---------------|-----------------------------------|---------|
| 1. Penguji I | : Ns. Srimawati, M.Kep | 1. |
| 2. Penguji II | : Bdn. Riska Nurrahmah, SST.,M.KM | 2. |
| 3. Pembimbing | : Ns. Dian Devita, M.Tr.Kep | 3. |

Mengetahui

Ketua
STIKes Medika Nurul Islam



Ns. Bisna, M.Kep
NUPK: 9057764665230230

Ketua
Program Studi Ilmu Keperawatan
STIKes Medika Nurul Islam



Ns. Lisnawati Rahayu, M.Kep
NUPTK : 8535769670230303

MOTTO

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, tetapi janganlah kamu melupakan bagianmu dari dunia.” (QS. Al-Qashash: 77)

Rasulullah bersabda: “Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya.” (HR. Ahmad)

Alhamdulillah puji syukur atas kehadiran mu ya Allah yang telah melimpahkan segala nikmat ilmu membawaku dapat meraih mimpiku ini. Kupersembahkan karya ini untuk keluarga tercinta yang selalu mendoakan, mendukung, memberikan semangat serta kasih sayang, tanpa mereka ini semua mustahil dapat ku capai.

BY

Minanda Qulisah

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MEDIKA NURUL ISLAM
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

SKRIPSI

3 Januari, 2026

Xiv + 6 Bab + 56 Halaman +8 Tabel + 2 Skema + 16 Lampiran

**MINANDA QULISAH
NIM. 22010111**

**PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA**

ABSTRAK

Kurangnya pengetahuan anak tentang gizi seimbang dapat memengaruhi pola makan dan pertumbuhan mereka. Upaya peningkatan pengetahuan gizi pada anak perlu dilakukan sejak dini melalui media edukasi yang menarik dan interaktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula Kabupaten Pidie. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-eksperimental dengan desain One Group Pretest–Posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa TK Bungong Keupula yang berjumlah 90 siswa. Tehnik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* dan jumlah sampel sebanyak 30 siswa. Hasil dalam penelitian ini yaitu pada saat pree test siswa mayoritas berada pada kategori pengetahuan sedang yaitu 20 siswa (66,7%), sedangkan pada saat posttest mayoritas berada pada kategori pengetahuan sedang sebanyak 17 anak (56,7%), Hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh hasil P-value = 0,001 ($\alpha < 0,05$) yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan media edukasi "SIPIKU" terhadap peningkatan pengetahuan anak tentang gizi. Kesimpulan penelitian ini yaitu : media edukasi "SIPIKU" terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak mengenai gizi seimbang. Disarankan kepada guru dan orang tua untuk rutin menggunakan media edukasi ini sebagai bagian dari pembelajaran gizi anak secara menyenangkan.

Kata Kunci : Media Edukasi, SIPIKU, Gizi Seimbang, Pengetahuan
Daftar Pustaka : 12 buku, 35 jurnal (2013S-2025).

**THE HIGHER SCHOOL OF HEALTH SCIENCE
MEDIKA NURUL ISLAM
DEGREE IN NURSING**

SKRIPSI

January 3rd, 2026

xiv + 6 Chapters + 56 Pages +8 Tables + 2 Figures + 16 Appendices

MINANDA QULISAH

22010111

**THE EFFECT OF EDUCATIONAL MEDIA THROUGH "SIPIKU"
(DONGENG GIZI SEIMBANG ISI PIRINGKU) ON THE LEVEL OF
CHILDREN KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION AT TK BUNGONG
KEUPULA IN PIDIE REGENCY**

ABSTRACT

Children's inadequate knowledge of balanced nutrition may have an impact on their eating habits and growth. Measures to increase children's nutritional knowledge should begin early, using engaging and interactive educational resources. The purpose of the research was to determine the effect of educational media through "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) on the level of children's knowledge about nutrition at TK Bungong Keupula in Pidie Regency. The type of research was pre-experimental through a one-group pretest–posttest design. The population in research was 90 students of TK Bungong Keupula. 30 students were taken as samples by using the *purposive sampling* method. The result showed that 20 respondents (66.7%) in the pretest had a mild category of knowledge, and 17 respondents (56.7%) in the post-test had a mild category of knowledge. It showed through the Wilcoxon test, obtaining a *P-value* = 0.001 ($\alpha < 0.05$). In brief, the "SIPIKU" educational medium has been effective in increasing children's knowledge of a balanced diet. Therefore, the researcher expected that teachers and parents should be encouraged to use this educational video on a frequent basis to educate children about nutrition in an engaging and fun method.

Keywords : Educational Media, SIPIKU, Balanced Nutrition, Knowledge

References: 12 books, 35 journals (2013-2025).

April 21st, 2026
Stamped by



Laboratorium
Unit Pengembangan Bahasa Inggris
STIKes Medika Nurul Islam

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi penelitian ini dengan judul: **“Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi Di TK Bungong Keupula”**. Untuk mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam.

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungannya baik moril maupun materil. Dengan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada bapak/ ibu terutama kepada :

1. Ibu Dr. Idawati, S.ST., M.K.M selaku Ketua STIKes Medika Nurul Islam.
2. Ibu Ns. Tuti Sahara, M. Kep, selaku Ketua Jurusan Sarjana Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam.
3. Ibu Ns. Dian Devita, M.Tr.Kep selaku pembimbing yang telah banyak memberikan masukan dan saran selama proses konsultasi skripsi ini.
4. Ibu Ns. Srimawati, M.Kep selaku penguji 1 dan ibu Bdn. Riska Nurrahmah, SST.,M.KM selaku Penguji 2 yang telah memberikan masukan dan saran kepada peneliti untuk perbaikan pskripsi penelitian ini.
5. Kepala TK Bungong Keupula dan guru yang telah membantu peneliti dari pengambilan data awal.
6. Cinta pertama saya, ayahanda tercinta Alm. Bapak Usman. Sejak kecil.

Penulis telat ditinggalkan oleh beliau untuk selama lamanya. Kehilangan figur ayah di usia yang bahkan belum sempat memahami arti kehilangan, menjadi luka sunyi yang tumbuh bersama waktu menjalani hidup. Tanpa sosok pelindung dan pembimbing seperti ayah membuat penulis harus belajar kuat sejak dini. Dalam banyak hal, penulis tertatih, belajar berdiri sebelum, harus menelan rindu yang tak bisa ditunjukkan kepada siapa pun. Meski begitu, penulis percaya bahwa cinta seorang ayah tidak pernah benar-benar hilang ia hanya berpindah bentuk menjadi kekuatan yang diam-diam mengiringi setiap langkah. Melalui halaman demi halaman skripsi ini. Terselip rasa rindu, cinta, dan doa yang begitu besar untuk almarhum ayahanda. Meskipun raganya telah tiada, cintanya tetap hidup dalam setiap usaha dan impian penulis, semoga tugas akhir sederhana ini dapat menjadi hadiah kecil yang mampu menembus batas antara dunia, dan menjadi saksi bahwa penulis masih terus berjuang.

Para Dosen dan Staf Progam Studi Ilmu Keperawatan yang telah banyak membantu dan memberikan bimbingan serta ilmu pengetahuan kepada peneliti selama mengikuti pendidikan pada Program di Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam.

7. Mama tercinta (tihawa) Mama bidadari surgaku, terima kasih telah menjadi mama yang hebat yang senantiasa mengingatkan dalam segala hal terutama dalam menjalankan kewajiban sholat 5 waktu, terima kasih atas cinta, kebesaran dan doa-doa mama tak oe henti, yang menjadi sumber kekuatan terbesar dalam setiap langkahku. Berkat semua jerih payah dan pengorbanan yang engkau rasakan untuk membesarkan dan mendidikku dari anak yang

tidak tau apa - apa hingga sekarang anakmu bisa menjadi seorang sarjana. Air mata ini tidak mandu membalas jasa- jasa dan pergorbananmu. Terima kasihku sudah menjadi sosok mama terbaik memberikan semua yang rindu inginkan sehingga anakmu ini tidak kekurangan apapun.

8. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa/i Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat.

Peneliti telah berusaha melakukan yang terbaik dalam skripsi penelitian ini, namun peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga kritikan dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan dari semua pihak.

Sigli, 3 Januari, 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Edukasi Gizi.....	8
B. Kosep Pengetahuan	15
C. Konsep Media Dongeng SIPIKU.....	21
D. Konsep Anak-Anak.....	25
E. Kerangka Teoritis	28
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Hipotesa Penelitian	29
C. Definisi Operasional	30
D. Cara Pengukuran	31
BAB IV METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis dan Desain Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
C. Tempat dan Waktu Penelitian	35
D. Etika Penelitian.....	35
E. Alat Pengumpulan Data.....	36
F. Instrumen Penelitian	37
G. Cara Penelitian	38
H. Pengolah data Dan Analisa Data	40
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	43
B. Hasil Penelitian	43

C. Pembahasan.....	47
D. Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	56

DAFTAR PUSTAKA
RIWAYAT HIDUP
DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1 Sebaran Umur Sampel	34
Tabel 4.2 Uji Normalitas Pre-test dan Post-tes	43
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	44
Tabel 5.2 Hasil Uji PreeTest	44
Tabel 5.3 Hasil Uji Post test	45
Tabel 5.4 Hasil Uji T Pree Test dan Post Test.....	45
Tabel 5.5 Hasil Uji Wilqosom	46

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teoritis	28
Skema 3.1 Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 : Anggaran Biaya
- Lampiran 3 : Surat Pemohonan Jadi Responden
- Lampiran 4 : Surat Pemohonan Kesediaan Responden
- Lampiran 5 : SAP
- Lampiran 6 : SOP Media SIPIKU
- Lampiran 7 : SOP Pengetahuan Gizi
- Lampiran 8 : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 : DONGENG SIPIKU
- Lampiran 10 : Mastel Tabel
- Lampiran 11 : Hasil Analisa Data (spss)
- Lampiran 12 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 : Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 14 : Surat Selesai Pengambilan Data Awal
- Lampiran 15 : Surat Penelitian
- Lampiran 16 : Surat Selesai Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi merupakan faktor penentu kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pola makan sehat dan zat gizi yang memadai memainkan peran penting selama tahun-tahun usia sekolah untuk memastikan bahwa anak-anak mencapai potensi penuh mereka untuk tumbuh dan berkembang dengan sehat. Permasalahan gizi yang kerap terjadi pada fase ini berupa berat badan kurang dan obesitas (Yuksel, 2021).

Beberapa anak mengalami kekurangan gizi pada dua tahun pertama kehidupan mereka, namun jika berat badan bertambah dengan cepat di kemudian hari, mereka menunjukkan risiko tinggi terkena penyakit kronis terkait nutrisi. Intervensi gizi selama periode ini menunjukkan dampak terbesar terhadap kesehatan, kelangsungan hidup dan perkembangan anak. Masalah malnutrisi ini menunjukkan pentingnya intervensi gizi untuk mencegah kesenjangan gizi pada anak-anak di bawah usia dua tahun (Saha, 2022).

Fenomena permasalahan gizi pada anak prasekolah tidak hanya menjadi isu nasional, tetapi juga tantangan global yang memerlukan perhatian khusus (UNICEF, *United Nations International Children's Emergency Fund*, 2021). Menurut UNICEF (2021), status gizi kurang pada anak di seluruh dunia mencapai 6,8% atau sekitar 45 juta anak pada tahun 2021. Di Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 melaporkan bahwa kasus

balita dengan berat badan kurang dan sangat kurang (underweight) mencapai 17,1% (Kemenkes RI, 2023).

Fenomena stunting pada balita merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius baik di tingkat global maupun nasional. Menurut data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) pada tahun 2020, sekitar 22% balita di seluruh dunia mengalami stunting, dan 6,3 juta di antaranya berasal dari Indonesia (United Nations, 2020). Prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2022 tercatat sebesar 21,6%, mengalami penurunan sekitar 2,8% dibandingkan tahun 2021 berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Meskipun terjadi penurunan, angka stunting di Indonesia masih melebihi target *World Health Organization* (WHO) tahun 2024 yang menetapkan prevalensi maksimal 20% (WHO, 2024). Selain itu, perkiraan Bank Pembangunan Asia menunjukkan bahwa 31,8% anak balita di Indonesia berisiko mengalami stunting, menempatkan Indonesia pada peringkat kesepuluh di kawasan Asia Tenggara (BKKBN, 2023). Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi gizi yang tepat sejak dini untuk menurunkan angka stunting dan meningkatkan kualitas kesehatan anak.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Aceh (2020), pemenuhan gizi untuk mencegah stunting di Provinsi Aceh pada tahun 2020 ditargetkan sebesar 28%, namun realisasinya mencapai 19%. Dengan perhitungan persentase capaian sekitar 67,9%, hal ini menunjukkan bahwa target belum sepenuhnya terpenuhi, meskipun secara keseluruhan masih termasuk kategori memuaskan.

Sementara itu, capaian indikator persentase balita gizi kurang di Aceh dari tahun 2017 hingga 2020 menunjukkan pergerakan yang fluktuatif, namun secara keseluruhan tetap tergolong memuaskan (Dinas Kesehatan Aceh, 2020).

Penyebab utama permasalahan gizi pada anak adalah pola makan dan pola hidup yang buruk, yang juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan orang tua maupun anak. Oleh karena itu, pendidikan gizi penting diberikan sejak dini untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, sekaligus meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka di masa depan (Mulya, 2022). Edukasi gizi seimbang dapat disampaikan melalui metode langsung maupun tidak langsung dengan memanfaatkan berbagai media, antara lain media elektronik seperti radio, televisi, dan video; media cetak seperti majalah, leaflet, booklet, kalender, dan buku saku; media daring atau online seperti website dan media sosial; serta media audio berupa lagu, jingle, dan yel-yel (Kemenkes RI, 2022).

Salah satu metode mendidik anak yang mudah dan efektif adalah melalui dongeng. Anak-anak lebih mudah menerima informasi melalui indra penglihatan dan pendengaran, sehingga media edukasi yang bersifat visual dan auditori akan lebih mudah dipahami (Fadila, 2022). Pendidikan gizi menggunakan dongeng dapat dilakukan sejak usia Taman Kanak-Kanak (TK), karena anak-anak cenderung senang mendengarkan cerita. Metode dongeng dipilih sebagai media edukasi yang efektif karena cerita yang menarik dan

mudah diingat dapat membantu anak memahami konsep gizi seimbang sejak dini (Salma, 2022).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maharani et al. (2022) menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan media Quartet Card berbasis konsep Isi Piringku berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa nilai median pengetahuan anak pada saat pre-test adalah 10,00 dan meningkat menjadi 14,00 pada saat post-test, dengan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ ($<0,05$), yang menandakan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna setelah diberikan intervensi edukasi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mulya (2022) didapatkan peningkatan pengetahuan pada 29 responden terjadi setelah dipapar oleh edukasi menggunakan media BOGIMBA (Boneka dan Dongeng Gizi Seimbang). Selain itu, didapatkan nilai $p = 0,000$, nilai ini lebih kecil dari disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari media edukasi BOGIMBA (Boneka dan Dongeng Gizi Seimbang) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Islam Silmi Samarinda.

Penelitian terdahulu oleh Alfina, Sumaryono, dan Ismiati (2024) menunjukkan bahwa metode storytelling melalui buku cerita peri secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap anak mengenai konsumsi buah dan sayuran, dengan nilai $p < 0,001$, yang menegaskan efektivitas storytelling sebagai media edukasi gizi untuk anak. Temuan-temuan tersebut memberikan dasar empiris bagi penggunaan *media dongeng gizi seimbang*

“Sipiku” dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak prasekolah di penelitian ini.

Peningkatan pengetahuan pada anak Taman Kanak-kanak (TK) terkait pentingnya mengonsumsi makanan sehat dan bergizi diharapkan dapat sejalan dengan perubahan perilaku konsumsi makanan. Upaya dalam mewujudkan perilaku sehat dapat dilakukan dengan upaya promosi kesehatan dengan cara yang menarik dan disenangi anak tanpa mengurangi isi dari informasi yang akan disampaikan (Padmiswari, 2022).

Berdasarkan hasil pengamatan dan informasi yang diperoleh dari anak-anak di TK Bungong Keupula, sebagian anak menyatakan bahwa mereka kurang menyukai buah dan sayur serta lebih memilih makanan yang menurut mereka terasa enak dan menarik. Beberapa anak juga mengatakan bahwa mereka belum mengetahui manfaat buah dan sayur bagi tubuh serta belum memahami jenis makanan yang termasuk dalam gizi seimbang. Pernyataan anak-anak tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mereka tentang gizi masih terbatas dan belum terbentuk secara optimal. Mengingat anak usia prasekolah berada pada tahap perkembangan kognitif awal, pemahaman mereka terhadap konsep gizi sangat dipengaruhi oleh cara penyampaian informasi yang digunakan. Oleh karena itu, diperlukan media edukasi yang mampu menjelaskan konsep gizi seimbang melalui bahasa yang sederhana dan dekat dengan pengalaman anak. Media dongeng edukatif “SIPIKU” dipilih karena dapat menyampaikan pesan gizi melalui cerita dan tokoh yang mudah

dipahami oleh anak, sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan gizi anak secara efektif di TK Bungong Keupula.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada Pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula tahun 2025”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan anak tentang gizi sebelum diberikan pre-test menggunakan media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) di TK Bungong Keupula tahun 2025.
- b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan anak tentang gizi setelah diberikan post-test menggunakan media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) di TK Bungong Keupula tahun 2025.

- c. Untuk mengetahui pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini bisa menjadi ilmu pengetahuan tambahan terkait dengan pengetahuan gizi anak. Selain itu penelitian ini sangat bermanfaat bagi peneliti sebagai buah karya ilmiah.

2. Manfaat bagi Responden

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi anak-anak tentang pengetahuan gizi yang baik untuk tumbuh kembang.

3. Bagi Tempat Penelitian

Bagi Institusi penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan menambah pengetahuan responden mengenai label informasi pengetahuan tentang gizi dan diharapkan dapat menerapkan informasi yang didapat untuk memilih makanan kemasan dengan bijak dan lebih sehat.

4. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini bisa menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya tentang edukasi gizi pada anak dan sebagai sumber informasi untuk penelitian selanjutnya

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Konsep Gizi

1. Konsep Edukasi Gizi

Edukasi gizi merupakan metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku makan tentang nutrisi untuk mencapai status gizi yang ideal. Edukasi gizi merupakan proses berkesinambungan yang mengajarkan orang tentang gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan kesehatan dan gizi mereka. (Susyanto, 2023). Tujuan dari edukasi gizi adalah untuk mendorong perubahan perilaku yang positif yang berkaitan dengan makanan dan gizi (Susyanto, 2023).

Pendidikan kesehatan memiliki tujuan untuk meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan keahlian dalam bidang kesehatan melalui kegiatan pelatihan dan penelitian (Susyanto, 2023). Pendidikan gizi, seperti yang didefinisikan dalam Kamus Gizi, memfokuskan pada penyebaran informasi tentang gizi dan bagaimana makan sehat dapat mempengaruhi kesehatan. Ini bertujuan untuk membantu individu memahami pentingnya gizi dan bagaimana memilih makanan yang baik untuk menjaga kesehatan dan mencegah masalah gizi (Kemenkes RI, 2018).

Pendidikan gizi merupakan tindakan penting untuk memperbaiki makanan dan membentuk masyarakat yang memahami hubungan antara kesehatan dan makan sehari-hari. Tujuannya adalah membantu masyarakat membuat pilihan makan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan mereka untuk kesehatan yang lebih baik (Kemenkes RI, 2018).

Media edukasi merupakan alat-alat untuk menyampaikan informasi kesehatan dan karena alat-alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan kesehatan bagi masyarakat sehingga sasaran dapat meningkat pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dan berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan (Pakpahan, 2021).

Pendidikan gizi kelompok memiliki tujuan untuk membantu kelompok memahami pentingnya gizi dan memperbaiki perilaku makan mereka dengan memberikan informasi dan melibatkan mereka dalam diskusi dan aktivitas interaktif (Kemenkes RI, 2018).. Metodenya dapat disesuaikan dengan jumlah dan karakteristik kelompok. Metode ceramah dan seminar dapat diterapkan pada kelompok yang besar, sementara metode diskusi kelompok, brain storming, bola salju, simulasi, bermain peran, dan lainnya lebih sesuai untuk kelompok yang lebih kecil. Setiap metode memiliki kelebihan dan kekurangan tertentu dan memerlukan pendekatan yang berbeda guna mencapai hasil yang efektif (Kemenkes RI, 2018).

2. Metode Edukasi Gizi

Menurut Tumurung (2018), edukas gizi adalah suatu proses yang melibatkan masukan (input) dan keluaran (output) untuk mencapai tujuan edukasi gizi, yaitu perubahan perilaku. Banyak faktor mempengaruhi edukasi gizi termasuk metode, materi atau pesannya, atau petugas yang melakukannya, dan alat bantu atau alat peraga. Beberapa cara/metode untuk melakukan edukasi gizi, diantaranya metode edukasi individual, kelompok, dan umum (massa), antara lain:

- a. Metode Edukasi Gizi Individual (Perorangan)
- b. Metode Edukasi Gizi Kelompok
- c. Metode Edukasi Gizi Umum (Massa)

3. Gizi Dan Makanan Sehat

Gizi adalah suatu proses di mana organisme menggunakan makanan yang biasanya dikonsumsi melalui pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan ekskresi unsur-unsur yang tidak penting untuk menjaga kehidupan normal, pertumbuhan, dan pembentukan organ-organ tubuh untuk menghasilkan energi (Susyanto, 2023).

Makanan sehat adalah makanan yang memiliki nutrisi yang membantu tubuh tumbuh dan berkembang, seperti buah-buahan dan sayuran. Makanan jajanan kaki lima adalah makanan yang dapat dimakan langsung di jalan atau di tempat umum yang ramai, atau dapat dimakan tanpa diproses atau dimasak lebih lanjut (Susyanto, 2023).

4. Pentingnya Memilih Makanan Yang Sehat

Menurut Manajemen Makanan Sehat di PAUD—CORE Reader, 2019., makanan yang sehat adalah makanan yang memiliki jumlah nutrisi yang cukup dan seimbang serta tidak mengandung bahan-bahan yang dapat membahayakan atau merusak kesehatan. Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh, setiap orang harus memiliki pola makan yang sehat. Jumlah nutrisi yang dikonsumsi seseorang dipengaruhi oleh pola makan mereka. Pola makan adalah upaya mengatur jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi dengan tujuan tertentu, seperti menjaga kesehatan, tingkat nutrisi, dan mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Ismanto & Suprianto, 2024)

5. Ciri-Ciri Makanan Sehat Dan Tidak Sehat

a. Ciri-ciri makanan sehat

- 1) menggunakan pemanis, penyedap, dan pewarna alami dan mengurangi jumlah bahan pengawet. Misalnya, sosis atau bakso buatan sendiri yang tidak mengandung pengawet Tidak ada micin atau MSG dalam kuahnya. Untuk minuman, gunakan pemanis gula asli. Pewarna alami seperti daun pandan, kunyit, dan lainnya digunakan untuk mewarnai makanan dan kue. Makanan dimasak dengan benar, misalnya dengan menghindari penggunaan minyak goreng yang berulang.
- 2) Lokasi di sekitar toko bersih, toko bersih, makanan yang dijual bersih, dan penjual bersih juga. Hal ini terkait erat dengan

kebersihan dan sanitasi, serta gaya hidup sehat (Sa'ban et al., 2021). Jangan beli makanan yang dijual di dekat tempat pembuangan sampah, got, atau toilet. Jangan beli makanan yang dibungkus plastik atau terkena debu atau lalat.

- 3) Makanan yang terbuat dari bahan makanan segar dimasak dengan benar. Jangan membeli makanan yang telah dimasak berulang kali. Makanan sisa kemarin dan makanan yang sudah kadaluarsa tidak boleh dibeli. Jangan beli makanan yang bentuk dan warnanya berubah atau tidak menarik. (Febrina et al., 2022)

b. Ciri-ciri makanan yang tidak sehat

- 1) Menggunakan pewarna sintetis dapat menghasilkan warna yang mencolok. Selain itu, jika warna menempel pada jari Anda dan sulit dibersihkan bahkan setelah mencuci tangan. Pewarna sintetis (seperti tartrazine, sunset yellow, dll.) yang sudah dilaporkan menyebabkan mual, hidung meler, sesak nafas, dan ruam pada kulit. Namun, dalam jangka panjang, pewarna buatan dapat menyebabkan hiperaktivitas (anak yang lasak, tidak tenang, dan sulit berkonsentrasi).
- 2) Rasa yang tajam: asin, manis, atau pedas yang berlebihan. Jajanan seperti keripik kentang dan berbagai snack sering mengandung banyak penyedap. Penyedap ini biasanya ditambahkan ke kuah bakso. Atau berbagai macam olahan makanan.

- 3) Baunya tidak sedap. Ini terjadi ketika makanan basi, rusak, atau dipanaskan berulang kali. Makanan yang dibungkus dengan kertas koran, yang dapat mengandung tinta makanan panas yang dibungkus dengan plastik. (Febrina et al., 2022)

6. Dampak Memilih Makanan Yang Tidak Sehat

Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak aman dapat menyebabkan masalah kesehatan. Dampak kesehatan dapat beragam dari gejala ringan seperti pusing dan mual hingga gejala serius seperti mual-muntah, kram perut, kram otot, lumpuh otot, diare, cacat, bahkan kematian. Selain itu, keracunan makanan pada ibu hamil meningkatkan risiko cacat permanen dalam pertumbuhan dan perkembangan janin. Ada sejumlah efek negatif yang dapat dihasilkan dari konsumsi makanan yang tidak aman, di antaranya (Susyanto, 2023):

- a. Infeksi Makanan yang mengandung mikroba patogen atau kuman yang dapat menyebabkan penyakit seperti kolera, typhus, sakit perut, dll. Infeksi juga dapat terjadi karena:
 - 1) Petugas pengolah makanan yang sakit atau pernah sakit mengolah makanan yang dikonsumsi orang.
 - 2) Hewan atau serangga yang membawa bakteri patogen dapat membuat makanan yang dikonsumsi menjadi kotor.
 - 3) Metode memasak makanan yang kurang matang atau sempurna
- b. Keracunan Makanan Keracunan makanan adalah keadaan di mana seseorang mengalami gejala klinik yang disebabkan oleh

mengonsumsi makanan tertentu. Keracunan makanan dapat diklasifikasikan menjadi satu dari beberapa kategori berikut:

- 1) Keracunan yang disebabkan oleh mengonsumsi makanan yang mengandung zat kimia beracun.
- 2) infeksi yang disebabkan oleh mikroorganisme yang berkembang di mukosa dan jaringan lainnya. (Sucipto, 2016).

7. Media Edukasi Gizi

a. Boneka

Media boneka untuk edukasi gizi pada anak adalah salah satu media pembelajaran berbasis permainan dan visual yang digunakan untuk menyampaikan pesan tentang gizi dan kesehatan dengan cara yang lebih menarik, menyenangkan, dan mudah dipahami anak-anak (Mulya, 2021).

Menggunakan boneka tangan, boneka jari, atau boneka panggung sebagai tokoh yang "berbicara" atau berinteraksi dengan anak. Boneka bisa didesain menyerupai karakter lucu, tokoh hewan, atau bahkan buah dan sayur. Cerita atau dialog boneka berisi pesan gizi sederhana, misalnya pentingnya makan sayur, buah, minum susu, dan menghindari jajan berlebihan (Mulya, 2021).

b. Buku Dongeng

Anak usia sekolah dimana masa ini penuh imajinasi, kreativitas, membaca dan suka bercerita. Buku dongeng dirasa cocok untuk dijadikan media pendidikan dengan penyampaian isi yang

menarik menimbulkan kesan yang mudah diterima bagi anak dengan begitu materi yang diberikan dapat tersampaikan dengan baik. Sehingga pemberian edukasi gizi pada anak sekolah dasar merupakan langkah strategis dalam memperbaiki gizi. Dalam proses edukasi gizi dapat dibantu dengan penggunaan media untuk mempermudah penyampaian materi (Hapnison, 2024).

Media dongeng untuk edukasi gizi pada anak adalah salah satu metode kreatif dalam pendidikan kesehatan yang memadukan cerita, tokoh, dan pesan moral dengan informasi tentang gizi seimbang. Dongeng mudah dipahami anak karena dikemas dalam bentuk cerita menarik, penuh imajinasi, dan bisa disampaikan melalui buku cerita, boneka, video animasi, maupun pertunjukan drama. Bentuk Media Dongeng Gizi Dongeng Bergambar (Buku Cerita/Komik) Cerita tentang tokoh sayur, buah, atau makanan sehat yang menjadi pahlawan. Gambar berwarna-warni untuk menarik perhatian anak (Mulya, 2021).

B. Konsep Pengetahuan Gizi

1. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi adalah komponen kognitif yang menggambarkan pengetahuan gizi seseorang, yang mencakup berbagai jenis zat gizi dan bagaimana interaksinya dengan kesehatan tubuh dan status gizinya (Soraya et al., (2017)

Tujuan dari pengetahuan gizi adalah untuk mempelajari semua hal yang perlu diketahui tentang nutrisi makanan dan hubungannya dengan kesehatan yang optimal. Pilihan dan konsumsi makanan sehari-hari yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk metabolisme juga merupakan bagian dari pengetahuan gizi (Padmiswari, 2022).

Salah satu faktor yang menyebabkan masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada remaja adalah pengetahuan gizi yang kurang dan terlihat pada kebiasaan makan yang salah. Pengetahuan dan praktik gizi yang kurang mencerminkan perilaku menyimpang dalam memilih makanan (Padmiswari, 2022).

Pengetahuan gizi membantu remaja memilih makanan yang sehat dan memahami bahwa makanan memiliki hubungan dengan gizi dan kesehatan. Dengan mendapatkan pengetahuan dan kesadaran tentang kebiasaan makan dan gaya hidup yang sehat, beberapa masalah gizi dan kesehatan dewasa dapat diperbaiki (Roring, 2020).

Pengetahuan gizi adalah hasil dari proses pembelajaran individu tentang berbagai hal yang berkaitan dengan makanan, zat gizi, serta pengaruhnya terhadap kesehatan dan pertumbuhan tubuh. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.

Dalam konteks gizi, pengetahuan gizi berarti pemahaman seseorang terhadap jenis, fungsi, serta kebutuhan zat gizi bagi tubuh. Bagi

anak usia dini, pengetahuan gizi sangat penting karena pada masa ini terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pemahaman anak mengenai makanan sehat dapat membentuk kebiasaan makan yang baik sejak dini, sehingga membantu mencegah masalah gizi seperti kekurangan gizi, obesitas, maupun gangguan pertumbuhan (Kemenkes RI, 2020).

2. Tingkatan Pengetahuan

a. Tahu (*know*)

Tahu (*know*) diartikan tingkat pengetahuan paling dasar, yaitu kemampuan anak untuk mengingat dan menyebutkan kembali informasi yang telah diperoleh tentang gizi. Contohnya, anak dapat menyebutkan jenis makanan sehat, menyebutkan contoh sayur dan buah, atau menyebutkan sumber makanan yang mengandung karbohidrat, protein, dan vitamin (Kemenkes, 2017).

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami kemampuan anak untuk menjelaskan arti atau fungsi dari makanan bergizi yang telah dipelajarinya. Misalnya, anak dapat menjelaskan mengapa harus makan sayur dan buah setiap hari, mengapa nasi memberikan energi, atau mengapa makanan manis berlebihan tidak baik untuk tubuh (Kemenkes, 2017).

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi (*application*) Kemampuan anak untuk menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya, anak dapat

memilih makanan sehat saat makan bersama keluarga, menyusun piring makan sesuai dengan konsep “Isi Piringku”, atau menunjukkan perilaku makan yang seimbang (Kemenkes, 2017).

d. Analisis (*analysis*)

Analisis (*analysis*) Kemampuan anak untuk membedakan antara makanan sehat dan tidak sehat, serta mengelompokkan makanan berdasarkan kandungan gizinya. Misalnya, anak dapat membedakan makanan tinggi lemak dari makanan bergizi, atau menentukan mana makanan yang sebaiknya sering dan jarang dikonsumsi (Kemenkes, 2017).

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis (*synthesis*) kemampuan anak untuk menggabungkan berbagai konsep gizi menjadi pemahaman baru. Misalnya, anak dapat menyusun contoh menu makan sehat sehari-hari atau merancang kombinasi makanan seimbang berdasarkan konsep Isi Piringku (Kemenkes, 2017).

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi (*evaluation*) Kemampuan anak untuk menilai dan memilih makanan yang baik untuk tubuhnya berdasarkan pengetahuan gizi yang dimilikinya. Misalnya, anak dapat memutuskan untuk mengonsumsi buah daripada permen atau menilai bahwa sarapan bergizi penting sebelum beraktivitas (Kemenkes, 2017).

3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang. Salah satunya adalah:

a. Pendidikan

Pendidikan merupakan upaya seumur hidup untuk meningkatkan karakter dan kemampuan, baik di dalam maupun di luar kelas. Pendidikan mempengaruhi proses pembelajaran, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah mereka menerima informasi. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi lebih mungkin untuk mengumpulkan informasi dari orang lain dan dari media massa. Pemahamannya tentang gizi seimbang meningkat dengan mendapatkan lebih banyak informasi (Kemenkes, 2017).

Pendidikan dan pengetahuan tidak dapat dipisahkan. oleh karena itu, orang yang lebih berpendidikan juga harus memiliki pengetahuan yang lebih luas daripada orang yang kurang berpendidikan. Pendidikan formal dan non-formal dapat memberikan peningkatan pengetahuan. Persepsi seseorang terhadap suatu hal memiliki aspek positif dan negatif. Pada akhirnya, kedua aspek ini menentukan perasaan seseorang terhadap objek tersebut. Semakin banyak aspek positif yang diketahui tentang suatu hal, semakin banyak sikap yang disukai terhadap hal tersebut (Rahman, 2020).

b. Media Massa

Pendidikan formal dan nonformal dapat menghasilkan perubahan yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang dalam

jangka pendek. Berbagai jenis media massa akan muncul sebagai hasil dari kemajuan teknologi, yang akan memengaruhi cara masyarakat melihat teknologi baru tersebut (Rahman, 2020).

Komunikasi massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lainnya sangat memengaruhi pandangan dan keyakinan seseorang. Adanya informasi baru tentang sesuatu menciptakan landasan kognitif baru untuk membangun pengetahuan tentang sesuatu tersebut (Rahman, 2020).

c. Sosial Budaya

Pengetahuan seseorang akan meningkat karena mengikuti kebiasaan dan tradisi tanpa mempertimbangkan apakah itu baik atau buruk tersebut. Selain itu, status sosial ekonomi seseorang akan mempengaruhi ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk melakukan kegiatan tertentu, sehingga pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh status sosial ekonomi tersebut (Rahman, 2020).

d. Lingkungan

Lingkungan adalah semua yang ada di sekitar remaja, termasuk lingkungan fisik, biologis, dan sosial. Lingkungan ini memengaruhi proses perolehan pengetahuan remaja tersebut. Hal ini terjadi karena setiap individu akan memberikan respons berupa pengetahuan, baik dengan atau tanpa interaksi timbal balik (Rahman, 2020).

e. Pengalaman

Pengalaman kerja sebagai sumber pengetahuan gizi seimbang adalah cara untuk memperoleh pengetahuan praktis dengan mengulangi apa yang telah dipelajari saat menyelesaikan masalah sebelumnya. Tersebut. Pengalaman kerja juga dapat membantu dalam pengembangan keterampilan pengambilan keputusan yang mengintegrasikan penalaran ilmiah dan etis yang didasarkan pada hasil (Rahman, 2020).

f. Usia

Pemahaman dan pemikiran seseorang dipengaruhi oleh usia mereka. Semakin tua usia, semakin banyak kemampuan berpikir dan kognitif yang berkembang, yang menghasilkan peningkatan pengetahuan seseorang tersebut. Orang di usia paruh baya akan menghabiskan lebih banyak waktu untuk membaca, dan mereka akan lebih aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial tersebut. Pada usia ini, kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan bahasa mereka hampir tidak berubah. Salah satu cara untuk mengukur pengetahuan adalah dengan mengajukan pertanyaan atau wawancara tentang materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang diukur dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan yang disebutkan di atas. (Rahman, 2020).

C. Konsep Media Dongeng SIPIKU

1. Pengertian Media Dongeng SIPIKU

Media dongeng SIPIKU merupakan media edukasi gizi yang dirancang untuk anak usia prasekolah dengan tujuan meningkatkan pengetahuan anak mengenai gizi seimbang berdasarkan konsep Isi Piringku. Media ini menggunakan pendekatan storytelling sebagai sarana penyampaian pesan gizi, karena metode bercerita dinilai sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak usia dini dan mampu meningkatkan perhatian serta pemahaman anak terhadap materi yang disampaikan. Dongeng disusun dengan alur cerita sederhana, tokoh yang dekat dengan kehidupan anak, serta penggunaan bahasa yang mudah dipahami sehingga pesan gizi dapat diterima secara optimal (Setiana, Handayani, & Suminar, 2019).

Konsep media dongeng SIPIKU mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, khususnya konsep Isi Piringku yang menekankan keseimbangan antara makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah dalam satu porsi makan. Melalui media dongeng, anak diperkenalkan pada jenis-jenis makanan sehat, manfaat zat gizi bagi tubuh, serta kebiasaan makan yang baik secara bertahap dan menyenangkan. Pendekatan ini diharapkan dapat membangun pemahaman awal anak tentang gizi seimbang tanpa menimbulkan tekanan atau kebosanan dalam proses belajar (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Media dongeng SIPIKU juga dirancang untuk mendorong keterlibatan aktif anak dalam proses pembelajaran melalui interaksi sederhana seperti tanya jawab, pengenalan gambar makanan, dan pengulangan pesan utama dalam cerita. Pendekatan ini sejalan dengan teori belajar yang menyatakan bahwa pengetahuan diperoleh melalui proses penginderaan dan pengalaman langsung, sehingga penggunaan media visual dan cerita dapat meningkatkan daya ingat dan pemahaman anak. Pembelajaran gizi yang dilakukan sejak usia dini melalui media yang menarik diharapkan dapat membentuk pengetahuan dan sikap positif terhadap kebiasaan makan sehat dalam jangka panjang (Notoatmodjo, 2014; Alfina, Sumaryono, & Ismiati, 2024).

2. Tujuan Media Dongeng SIPIKU

Media dongeng SIPIKU bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia prasekolah mengenai gizi seimbang berdasarkan konsep Isi Piringku. Selain itu, media ini bertujuan membantu anak mengenal jenis makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah, serta menanamkan pemahaman awal tentang pentingnya pola makan sehat sejak dini. Penyampaian pesan gizi melalui dongeng diharapkan mampu meningkatkan minat belajar dan perhatian anak selama proses edukasi berlangsung (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

3. Keterkaitan Media Dongeng SIPIKU dengan Tingkat Pengetahuan Anak

Media dongeng SIPIKU berperan sebagai stimulus pembelajaran yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan anak melalui proses

penginderaan dan pengalaman belajar yang menyenangkan. Menurut Notoatmodjo, pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama indera penglihatan dan pendengaran. Oleh karena itu, penggunaan media dongeng yang mengombinasikan cerita, visual, dan interaksi verbal sangat sesuai untuk meningkatkan pengetahuan anak usia prasekolah, karena anak lebih mudah menerima informasi yang disampaikan secara konkret dan menarik (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Dari sudut pandang teori perkembangan kognitif, anak usia prasekolah berada pada tahap praoperasional, di mana proses berpikir anak masih bersifat simbolik dan imajinatif. Pada tahap ini, anak lebih mudah memahami konsep baru melalui cerita dan contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Media dongeng SIPIKU menyajikan konsep gizi seimbang dalam bentuk cerita sederhana dengan tokoh dan alur yang familiar bagi anak, sehingga memudahkan anak dalam membangun pemahaman awal mengenai jenis makanan sehat dan pentingnya gizi seimbang. Pendekatan ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menyatakan bahwa pengetahuan dibangun secara aktif oleh individu berdasarkan pengalaman yang dialaminya (Notoatmodjo, 2014; Alfina, Sumaryono, & Ismiati, 2024).

Selain itu, teori perubahan perilaku kesehatan menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang sangat penting dalam

pembentukan sikap dan perilaku kesehatan. Peningkatan pengetahuan menjadi tahap awal sebelum individu mengembangkan sikap positif dan kemudian mengadopsi perilaku sehat. Dengan meningkatnya pengetahuan anak tentang gizi melalui media dongeng SIPIKU, diharapkan anak mulai mengenali dan memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, yang selanjutnya dapat memengaruhi sikap dan kebiasaan makan anak dalam jangka panjang (Notoatmodjo, 2014; Alfina, Sumaryono, & Ismiati, 2024).

Media dongeng SIPIKU juga memberikan kesempatan bagi anak untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran melalui interaksi, pengulangan pesan, dan stimulasi imajinasi. Keterlibatan aktif ini berkontribusi pada peningkatan daya ingat dan pemahaman anak terhadap materi yang disampaikan. Pembelajaran gizi yang dilakukan sejak usia dini dengan media yang sesuai dengan karakteristik anak diharapkan mampu memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap peningkatan pengetahuan gizi serta menjadi dasar dalam pembentukan perilaku makan sehat di kemudian hari (Alfina, Sumaryono, & Ismiati, 2024).

D. Konsep Anak Pra-Sekolah

1. Pengertian Anak Pra-Sekolah

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 3-5 tahun. Pada usia ini, anak menjadi lebih mandiri dalam mengembangkan keterampilan untuk kesiapan sekolah seperti belajar mengikuti instruksi dan indentifikasi dan

menghabiskan berjam-jam bermain dengan teman sebayanya (Hendriette, 2017).

Di Indonesia, umumnya para ibu memasukkan anaknya pada tempat penitipan anak jika mereka berusia 3-5 tahun, sedangkan pada usia 4-6 mereka biasanya mengikuti program taman kanak-kanak. Teori yang dikemukakan oleh Erik Erikson membahas tentang perkembangan dan kepribadian seseorang dengan fokus pada tahap perkembangan psikososial yaitu pada usia 0-1 tahun, tahapan sensorik oral dengan krisis emosional antara trust versus mistrust pada usia 3-6 tahun, mereka berada dalam tahapan dengan krisis autonomy versus shame and doubt pada usia 2-3 tahun, initiative versus guilt pada usia 4-5 tahun, dan mengalami krisis industry versus inferiority pada usia 6-11 tahun (Mustofa, 2016).

2. Tahapan Tumbuh Kembang Anak usia Prasekolah

a. Pertumbuhan

Anak usia prasekolah akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik yang stabil. Di mana pertambahan berat badan 2-3 kg pertahun dengan rata-rata berat badan 14,5 kg pada usia 3 tahun, 16,5 kg pada usia 4 tahun dan 18,5 kg pada usia 5 tahun. Tinggi badan akan tetap bertambah dengan perpanjangan tungkai dibandingkan dengan batang tubuh. Rata-rata pertambahan tingginya 6,5- 9 cm pertahun. Pada anak usia 3 tahun, tinggi badan rata-rata adalah 95 cm, 103 cm pada usia 4 tahun, dan 110 cm pada usia 5 tahun (Wong, dkk 2015).

b. Perkembangan

Dalam mempelajari perkembangan manusia, perlu dibedakan dua hal yaitu pematangan dan proses belajar. Selain itu masih ada hal ketiga dan keempat yang ikut menentukan perkembangan, yaitu kekhasan atau bakat, dan lingkungan (Sarwono, dkk 2016). Adapun tahapan perkembangan anak usia prasekolah sebagai berikut :

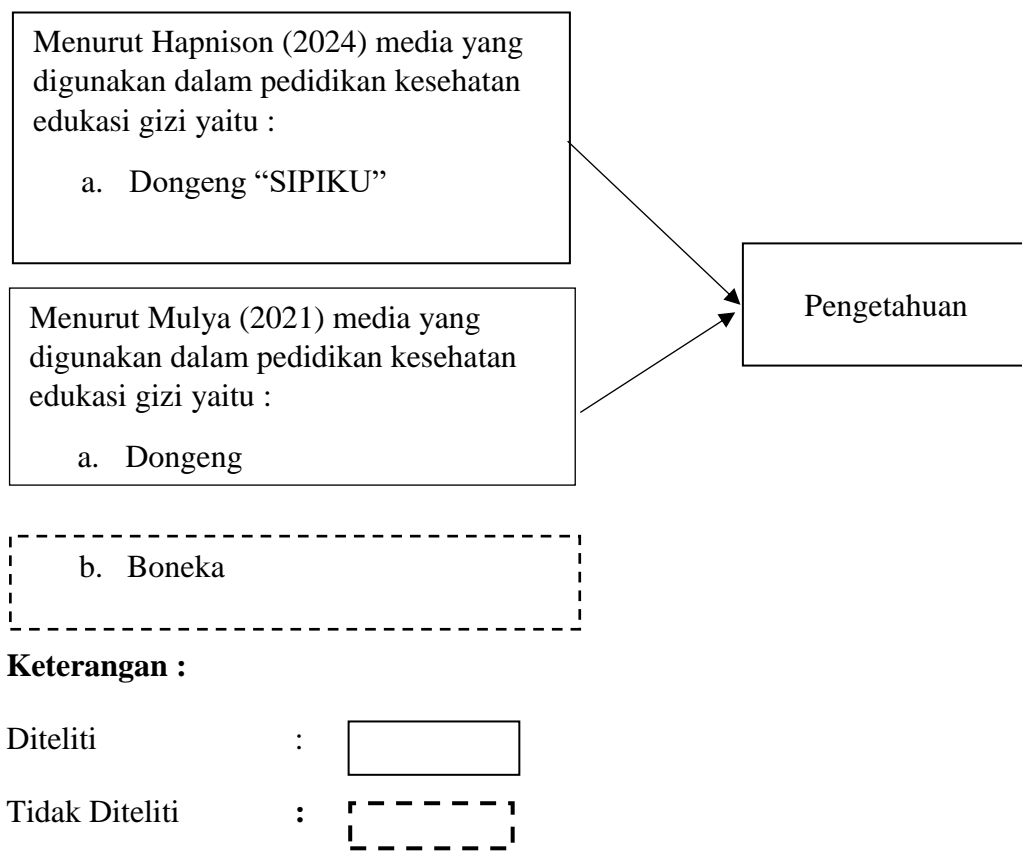
- 1) Motorik kasar Pada umur 2–3 tahun, anak dapat menaiki tangga sendiri, bermain dan menendang bola kecil. Pada umur 3 tahun anak dapat melompat dengan kedua kaki dengan lengan mengayunkedepan. Anak juga dapat berdiri dengan satu kaki, menjinjit, dan berjalan garis lurus. Pada 3,5 tahun, kebanyakan anak melompat dengan satu kaki 3 sampai 6 lompatan. Pada umur 4 tahun, anak dapat berjalan mengikuti lingkaran dan menjaga keseimbangan dengan satu kaki berada didepan kaki 15 yang lain dalam waktu 8-10 detik. Pada umur ini anak juga gerakan menangkap dengan lengan terbuka dengan sedikit fleksi pada siku dan kaki bersama-sama. Pada umur 5 sampai 6 tahun, anak-anak dapat bermain lompat tali yang merupakan variasi kompleks dari lompat-lompat. Pada umur 6 tahun, anak dapat menjaga keseimbangan pada satu tungkai dan satu kaki pada ujung jari (Soetjningsih, 2015).
- 2) Motorik halus Pada usia 3 tahun, anak dapat menumpuk 8 buah kubus. Anak mampu membuat jembatan dengan 3 kubus. Pada usia

ini, anak dapat menggambar lingkaran dan mulai menggambar manusia. Pada umur 4 tahun, anak dapat membuat gambar persegi empat dan membuat gerbang dengan 5 kubus. Pada usia 5 tahun, anak dapat membuat gambar segitiga dan tangga dengan 6 kubus. Pada umur 7 tahun dapat menggambar belah ketupat.

- 3) Bahasa Pada usia 4-5 tahun anak dapat melompat dan menari, menggambar orang terdiri dari kepala, badan dan lengan, menggambar segi empat dan segitiga, pandai berbicara, menghitung jari-jarinya, menyebut hari-hari dalam seminggu, mendengar dan mengulang hal-hal penting dalam cerita, menaruh minat pada kata baru dan artinya, memprotes bila dilarang melakukan apa yang diinginkan, mengenal 4 warna, memperkirakan bentuk dan besarnya benda, membedakan besar dan kecil, menaruh minat kepada aktivitas orang dewasa (Rahmailina & Hastuti, 2014). 16
- 4) Psikososial Disaat usia 3 tahun anak berinteraksi dengan berbicara, bermain atau menangis, dan usia 4-6 tahun anak mempunyai pergaulan sosial dan mulai berkelompok dengan jeniskelamin yang sama. Kedekatan dengan benda mati, dimana seperti mainan yang enak dipeluk adalah suatu tahapan perkembangan yang penting yang mencerminkan transisi antara realisasi internal dan eksternal. Pada umur tiga tahun anak memiliki kedekatan terhadap objek tertentu (Rahmailina & Hastuti, 2014).

E. Kerangka Teoritis

Kerangka teoretis merupakan salah satu pendukung sebuah penelitian, hal ini karena kerangka teoritis adalah wadah dimana akan dijelaskan teori-teori yang berhubungan dengan variabel-variabel yang diteliti (Nursalam, 2020).



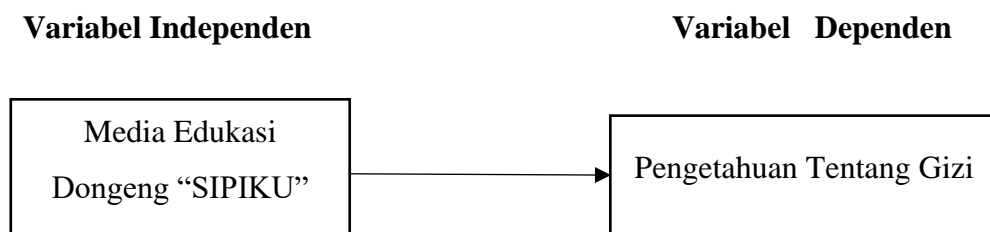
Skema 2.1 Kerangka Teoritis

BAB III
KERANGKA KONSEP PENELITIAN

A. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah suatu kerangka berfikir yang utuh yang ingin dibuktikan atau dicari kebenarannya, sehingga dapat menghubungkan antara konsep yang satu dengan konsep yang lainnya dari permasalahan yang ingin diteliti dan dapat meminimalkan permasalahannya (Nursalam, 2020).

Lebih jelasnya variabel penelitian dapat dilihat dari kerangka konsep dibawah ini :



Skema. 3.1 Kerangka Konsep

B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban atau dengan sementara terhadap rumusan masalah yang berlandaskan pada teori yang masih uji kebenarannya (Donsu, 2021).

1. Ha : ada Pengaruh media edukasi "SIPIKU" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula.

C. Definisi Operasional

N o	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Variabel Independen						
1.	Media edukasi dongeng “SIPIKU”	Intervensi pendidikan gizi melalui dongeng edukatif yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia prasekolah, berisi pesan gizi seimbang berdasarkan konsep Isi Piringku yang meliputi makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah.	-Dogeng -SAP -SOP	Membacakan	-	-Sebelum -Sesudah
Variabel Independen						
2.	Pengetahuan	Pengetahuan tentang gizi anak dalam menjawab dengan benar pertanyaan yang berkaitan dengan konsep gizi seimbang, jenis-jenis makanan yang sehat, serta pentingnya mengonsumsi makanan bergizi	Kuesioner	Wawancara Terpimpin	Ordinal	-Tinggi -Sedang -Rendah

D. Cara Pengukuran

1. Pengetahuan

Pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori yaitu :

- a. Tinggi : apabila skor 12-15
- b. Sedang : apabila skor 8-11
- c. Rendah : apabila skor <7

2. Media Edukasi “SIPIKU”

Media Edukasi dibagi menjadi 2 kategori yaitu :

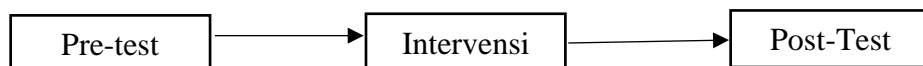
- a. Pre Test : Sebelum dibacakan dongeng
- b. Post Test : Sesudah dibacakan dongeng

BAB IV

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Metode pada penelitian ini adalah metode *pre-eksperimental* dengan desain *one grub pretest-posttes*. Penelitian ini dilakukan dengan pengukuran variable terikat dari satu kelompok subjek (*prettes*), subjek diberi perlakuan untuk jangka panjang tertentu (*exposure*), kemudian dilakukan pengukuran kedua (*posttes*) terhadap variable bebas, hasil pengukuran prettes dibandingkan dengan hasil pengukuran posttes (Rinady, 2017).



Skema. 4.1 Rancangan Pre-Test dan Post-Test

B. Populasi Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan daerah yang terdiri dari subjek atau objek yang memiliki kualitas atau karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti sebagai subjek penelitian dan dimana kesimpulan akan ditarik (Sugiyono, 2021). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh anak-anak TK Bungong Keupula yang berjumlah 90 anak, yang berusia 4, 5 dan 6 tahun.

2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2021). Rumus yang digunakan dalam penelitian ini untuk pengambilan sampel yaitu rumus slovin :

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

d : Tingkat signifikan (15%)

$$n = \frac{90}{1 + 90 (0,15)^2}$$

$$n = \frac{90}{1 + 90 (0,225)}$$

$$n = \frac{90}{1 + 2,025}$$

$$n = \frac{90}{3,025}$$

$n = 29,75$ jadi $n = 30$ responden

Maka peneliti menentukan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 30 responden. Teknik Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu Teknik *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel non-probabilitas di mana peneliti memilih sampel secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, dan berdasarkan kriteria yang di inginkan yaitu :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Terdaftar sebagai siswa TK Bungong Keupula pada periode penelitian.
- 2) Hadir pada hari pelaksanaan pre-test dan intervensi/pemaparan media “SIPIKU”.
- 3) Memiliki izin tertulis dari orang tua/wali (*informed consent ditandatangani*).
- 4) Dapat berkomunikasi dan memahami instruksi sederhana
- 5) Orang tua/wali bersedia anaknya diikuti sampai selesai (ikut post-test sesuai jadwal).

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Tidak memiliki izin dari orang tua
- 2) Sedang sakit atau tidak hadir saat pre-test atau saat intervensi sehingga tidak mengikuti perlakuan penuh.
- 3) Mengalami gangguan perkembangan/komunikasi yang signifikan sehingga tidak dapat mengikuti instruksi meskipun dengan adaptasi.

Tabel 4.1 Sebaran Sampel Penelitian

No	Umur	Jumlah Responden	Jumlah
1	4 Tahun	21	$N = \frac{27 \times 30}{90} = 7$
2	5 Tahun	39	$N = \frac{39 \times 30}{90} = 13$
3	6 Tahun	30	$N = \frac{30 \times 30}{90} = 10$

C. Tempat Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian telah dilaksanakan di TK Bungong Keupula

2. Waktu penelitian

Penelitian telah dilakukan pada tanggal 15 sampai 19 November 2025.

D. Etika Penelitian

1. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Sebelum penelitian ini dilakukan, peneliti akan memberikan *informed consent* kepada responden lalu perwakilan responden akan menandatangani formulir persetujuan jika subjek setuju (Sugiyono, 2021).

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Pada lembar *informed consent*, responden tidak perlu menuliskan nama mereka. Untuk menjaga kerahasiaan, nomor atau inisial responden saja yang dapat dituliskan (Sugiyono, 2021).

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Para peneliti akan memastikan kerahasiaan informasi yang peneliti kumpulkan dari para responden. Hanya forum akademis yang digunakan untuk mempresentasikan data atau temuan penelitian (Sugiyono, 2021).

4. *Justice* (Keadilan)

Peneliti menjaga keterbukaan dan keadilan responden dengan kejujuran dan kehati-hatian. Menjelaskan prosedur penelitian dan menjamin bahwa semua subjek penelitian mendapatkan perlakuan dan

manfaat yang sama tanpa membedakan gender, agama, etnis, dan sebagainya (Sugiyono, 2021).

5. *Respect of Humanity* (Menghormati Manusia)

Menghormati dan menghargai nilai serta martabat responden, memberikan kebebasan kepada mereka untuk memutuskan apakah ingin berpartisipasi dalam penelitian, memperoleh penjelasan yang jelas dan lengkap, memiliki kebebasan untuk memilih, serta tidak adanya tekanan atau paksaan dari peneliti agar responden mengikuti atau setuju terlibat dalam aktivitas penelitian (Sugiyono, 2021).

E. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa pembagian kuesioner yang akan dibagikan kepada responden. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup dengan skala likert bentuk *checklist*, dimana sudah disediakan jawaban sehingga responden tinggal memilih (Donsu, 2021).

Media edukasi dongeng SIPIKU dilaksanakan berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP) dan Satuan Acara Pembelajaran (SAP) yang telah disusun secara sistematis. SOP berfungsi sebagai pedoman pelaksanaan intervensi agar kegiatan dongeng berjalan terstruktur, konsisten, dan sesuai dengan tujuan penelitian. Sementara itu, SAP digunakan sebagai panduan pembelajaran yang memuat tujuan, materi, metode, media, serta alokasi waktu dalam penyampaian dongeng gizi seimbang berbasis konsep Isi Piringku.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup yang terdiri atas 15 pernyataan mengenai tingkat pengetahuan anak tentang gizi. Setiap pernyataan disertai dengan 2 pilihan jawaban Ya (1) dan Tidak (0) di mana responden diminta untuk memilih satu jawaban yang dianggap paling benar.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan, memeriksa, menyelidiki suatu masalah atau mengumpulkan, mengolah, menganalisis dan menyajikan data-data secara sistematis serta objektif dengan tujuan untuk menguji suatu hipotesis (Donsu, 2021).

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur ketepatan dan kecermatan data yang diteliti. Validitas dapat diartikan sebagai aspek kecermatan pengukuran. Uji validitas tidak hanya menghasilkan data yang tepat, tetapi juga memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut (Donsu, 2021).

Instrumen pengetahuan gizi anak diadaptasi dari indikator yang digunakan dalam penelitian edukasi gizi anak usia dini yang mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Instrumen dengan indikator serupa telah digunakan oleh Suryani dkk. (2018) dalam penelitian edukasi gizi pada anak usia dini dan menunjukkan nilai validitas item dengan koefisien korelasi (r hitung) berkisar antara 0,41–0,79, sehingga seluruh item dinyatakan valid.

2. Uji Realibitas

Uji reliabilitas merupakan upaya untuk menstabilkan dan melihat adakah konsistensi responden dalam menjawab pertanyaan, yang berkaitan dengan konstruksi dimensi variabel. Konstruksi dimensi ini bisa berupa kuesioner. Uji reliabilitas menggunakan *alpha Cronbach*, dimana instrument penelitian dinyatakan reliabel bila diperoleh nilai $\alpha > 0,60$ (Donsu, 2021).

Instrumen pengetahuan gizi anak dalam penelitian ini tidak dilakukan uji reliabilitas ulang karena diadaptasi dari indikator yang telah digunakan dalam penelitian edukasi gizi anak usia dini yang mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Berdasarkan penelitian terdahulu yang menggunakan instrumen dengan indikator serupa, seperti penelitian oleh Suryani dkk. (2018), hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,72, yang berarti instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik dan konsisten untuk mengukur pengetahuan gizi anak usia dini. Dengan demikian, instrumen ini dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

G. Tata Cara Penelitian

1. Tahap persiapan pengumpulan data

Tahap persiapan pengumpulan data dilakukan melalui prosedur administrasi dengan mendapat izin dari Ketua Program Studi Ilmu

Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli. Kemudian izin dari kepala TK Bungong Keupula.

2. Tehnik pengumpulan data

Setelah mendapat izin dari kepala sekolah TK Bungong Keupula melakukan penelitian. Selanjutnya peneliti menemui calon responden dan melakukan pengumpulan data dengan tahap sebagai berikut :

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian ini serta meminta kesedian responden untuk berpartisipasi dalam penelitian ini
- b. Peneliti mengisi lembar persetujuan responden untuk dapat ditanda tangani oleh responden.
- c. Peneliti melakukan *pre-test* dengan membagikan kuesioner kepada anak-anak
- d. Hari selanjutnya kemudian peneliti meberikan edukasi gizi dengan menggunakan media dongen “SIPIKU” yang dilakukan selama ± 30 di TK Bungong Keupula.
- e. Peneliti mengukur kembali pada hari ketiga setelah dilakukan *post-test* dan edukasi gizi dan dibagikan lagi kuesioner yang sama pada anak-anak.
- f. Terakhir peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden atas kesediannya berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan peneliti.

- g. Kemudian peneliti melaporkan kembali kepala sekolah TK Bungong Keupula untuk mendapatkan surat keterangan telah selesai melakukan penelitian.

H. Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Pengolahan data

Setelah data dikumpulkan maka dilakukan pengolahan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut (Sugiyono, 2021):

- a. Pemeriksaan (*Editing Data*) kegiatan ini dilakukan dengan mengumpulkan kuesioner, dan memeriksa kembali kelengkapan data setiap kuesioner dan memastikan setiap pertanyaan kuesioner telah dijawab dan di isi dengan benar dan lengkap. Kegiatan ini dilakukan di lapangan tempat pengumpulan data sehingga jika terjadi kesalahan maka upaya memperbaiki segera dapat dilakukan (Donsu, 2021).
- b. Pemasukan Data (*Entry Data*) data yang telah di coding kemudian diolah dengan bantuan *system computer*, hasil jawaban dari responden dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam *software* komputer yaitu *SPSS for Window* (Sugiyono, 2021).
- c. Tabulating pengorganisasian data sedemikian rupa agar dengan mudah dapat dijumlahkan, disusun dan ditata untuk disajikan dan dianalisis dalam melakukan pengelompokan data kedalam suatu tabel tertentu sesuai dengan item jawaban (Sugiyono, 2021).
- d. Proses (*Prosessing Coding*) *Processing* adalah memasukan data dari kuesioner kedalam SPSS (Sugiyono, 2021):

- e. Pembersihan Data (*Cleaning Data*) setelah semua data dari responden selesai dimasukkan, harus di cek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Proses ini disebut pembersihan data (Notoatmodjo, 2018).

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Univariat adalah analisis yang dilakukan untuk satu variabel atau per variabel. Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna, peringkasan tersebut dapat berupa ukuran statistik, tabel, grafik (Hasmi, 2016).

Analisa data dilakukan untuk masing–masing variabel yaitu dengan melihat persentase dari setiap table distribusi frekuensi dengan menggunakan rumus (Wahyudi, 2021).

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

f = Frekuensi Teracatai

n = Jumlah responden yang menjadi sampel

b. Analisa Bivariat

Analisis yang digunakan yaitu uji T-paired apabila data terdistribusi normal (*Kolmogorov-Smirnov*), dan digunakan uji non-parametric Wilcoxon apabila data tidak terdistribusi normal. Pengambilan keputusan dilakukan dengan tingkat kepercayaan 95%, dimana apabila P-value < 0,05 maka H_a diterima dan H_o ditolak, artinya ada pengaruh signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen. Sebaliknya, apabila P-value > 0,05 maka H_o diterima dan H_a ditolak, artinya tidak ada pengaruh signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.

Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan karena hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal ($p < 0,05$). Uji Wilcoxon merupakan uji non-parametrik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan median antara dua data berpasangan, yaitu sebelum dan sesudah intervensi, apabila asumsi normalitas tidak terpenuhi. Oleh karena itu, uji ini tepat digunakan untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan media edukasi “Sipiku”

Tabel 4.2
Uji Normalitas Pre-test dan Post-test

	Statistic	Df	Sig.
<i>pre-test</i>	0,359	30	0,000
<i>post-test</i>	0,312	30	0,000

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa nilai signifikansi *pree-test* sebesar 0,000(<0,05) dan nilai signifikansi *post-test* sebesar 0,000 (<0,05) yang artinya uji normalitas data dalam penelitian ini tidak terdistribusi normal, sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji Wilcoxon.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Demografi Tempat Penelitian

Taman Kanak-Kanak Negeri (TKN) Bungong Keupula merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Sekolah ini berdiri pada tanggal 5 Mei 2016 berdasarkan SK Pendirian Nomor 420/295/KEP.12/2016. Operasional sekolah mulai berjalan pada 21 Maret 2021 dengan SK Operasional Nomor 421.1/30/2021.

Sebagai lembaga pendidikan formal pada jenjang Taman Kanak-Kanak (TK), TKN Bungong Keupula berstatus sekolah negeri. Saat ini sekolah belum memiliki sertifikasi dan belum tercatat memiliki hasil akreditasi terbaru.

Secara geografis, TKN Bungong Keupula beralamat di Jl. Guha Tujoh, Gampong Keupula, wilayah Kecamatan Muara Tiga, Kabupaten Pidie, Provinsi Aceh. Lokasi ini berada di lingkungan masyarakat yang mendukung kegiatan pendidikan anak usia dini.

B. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal Penelitian telah dilakukan pada tanggal 15 sampai 19 November 2025, pada anak 30 di Tk Bungong Keupula dengan aspek yang diteliti yaitu “Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula” maka hasilnya sebagai berikut

1. Hasil Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	1. Perempuan	19	63,3 %
	2. Laki-laki	11	36,7%
Total		30	100%
2	Umur		
	1. Umur 4 tahun	7	23,3%
	2. Umur 5 tahun	13	43,4%
	3. Umur 6 tahun	10	33,3%
Total		30	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 5.1 karakteristik responden menunjukkan bahwa dari 30 anak prasekolah yang menjadi responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 19 anak (63,3%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 11 anak (36,7%). Berdasarkan umur, mayoritas responden berada pada usia 5 tahun yaitu sebanyak 13 anak (43,4%), diikuti usia 6 tahun sebanyak 10 anak (33,3%), dan usia 4 tahun sebanyak 7 anak (23,3%)

b. Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi “Sipiku”

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi “Sipiku”

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tinggi	3	10.0%
2.	Sedang	20	66.7%
3.	Rendah	7	23.3 %
Jumlah		30	100

Sumber data Primer : 2025

Berdasarkan Tabel 5.2, dari 30 anak prasekolah yang dilakukan pre-test, mayoritas memiliki pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 20 anak (66,7%). Anak dengan pengetahuan rendah berjumlah 7 anak (23,3%), sedangkan anak dengan pengetahuan tinggi hanya 3 anak (10,0%).

- c. Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi “Sipiku”

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi “Sipiku”

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tinggi	10	33.3%
2.	Sedang	17	56.7%
3.	Rendah	3	10.0%
Jumlah		30	100

Sumber data Primer : 2025

Berdasarkan Tabel 5.3, dari 30 anak prasekolah yang dilakukan post-test, mayoritas memiliki pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 17 anak (56,7%). Anak dengan pengetahuan tinggi berjumlah 10 anak (33,3%), sedangkan anak dengan pengetahuan rendah hanya 3 anak (10,0%).

2. Hasil Bivariat

Tabel 5.4
Hasil PreTest dan Post test

Pengetahuan Gizi	Pre-Test		Post- Test		p-value
	F	%	F	%	
Tinggi	3	10,0	10	33,3	<i>Wilcoxon signed rank test</i> p= 0,001
Sedang	20	66,7	17	56,7	
Rendah	7	23,3	3	10,0	
Total	30	100	30	100	

Berdasarkan Tabel 5.4, pada hasil pre-test terdapat 7 anak yang berada pada kategori pengetahuan rendah. Setelah diberikan media edukasi “Sipiku”, sebanyak 3 anak atau 42,9% tetap berada pada kategori pengetahuan rendah, sedangkan 4 anak atau 57,1% mengalami peningkatan ke kategori pengetahuan sedang, dan tidak terdapat anak yang meningkat ke kategori pengetahuan tinggi. Pada kelompok anak dengan tingkat pengetahuan sedang pada pre-test yang berjumlah 20 anak, setelah dilakukan intervensi media edukasi, sebanyak 13 anak atau 65,0% tetap berada pada kategori pengetahuan sedang, sementara 7 anak atau 35,0% mengalami peningkatan ke kategori pengetahuan tinggi. Tidak terdapat anak dalam kelompok ini yang mengalami penurunan tingkat pengetahuan. Selanjutnya, pada kelompok anak dengan tingkat pengetahuan tinggi pada pre-test sebanyak 3 anak, seluruhnya atau 100% tetap berada pada kategori pengetahuan tinggi pada post-test, tanpa adanya penurunan tingkat pengetahuan.

Tabel 5.5
Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula

		Jumlah sampel	Mean Rank	Sum of Rank	P-value
<i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	Penurunan hasil	0	0,00	0,00	0,001
	Peningkatan hasil	11	6.00	66.00	
	Hasil yang sama	19			
	Total	30			

Berdasarkan Tabel 5.5, dari 30 anak, tidak terdapat anak yang mengalami penurunan hasil dari pre-test ke post-test, 11 anak mengalami peningkatan hasil, dan 19 anak memiliki hasil yang sama antara pre-test dan post-test. Hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima, artinya terdapat pengaruh media edukasi "sipiku" (dongeng gizi seimbang isi piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi Di Tk Bungong Keupula. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media edukasi berbasis dongeng dan ilustrasi visual efektif dalam meningkatkan pemahaman anak tentang gizi seimbang.

C. Pembahasan

1. Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi "Sipiku" (dongeng gizi seimbang isi piringku)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 anak prasekolah yang dilakukan pre-test, mayoritas memiliki pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 20 anak (66,7%). Anak dengan pengetahuan rendah berjumlah 7 anak (23,3%), sedangkan anak dengan pengetahuan tinggi hanya 3 anak (10,0%).

Pengetahuan gizi mencakup pemahaman tentang kelompok makanan, fungsi zat gizi, proporsi makanan sehat sesuai pedoman Isi Piringku, serta memilih jenis makanan yang mendukung pertumbuhan dan

perkembangan anak. Anak yang memiliki pengetahuan gizi rendah cenderung kesulitan mengenali jenis makanan sehat dan fungsinya, serta kurang mampu menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan perlunya media edukasi yang menarik dan sesuai dengan usia perkembangan anak prasekolah agar pesan gizi dapat diterima dan dipahami dengan baik (Wibowo, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2023), yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan media edukasi berupa Fill My Plate Card, mayoritas anak memiliki pengetahuan gizi *sedang* (18 dari 30 anak; 60%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo dan Adhianata (2023) juga melaporkan hasil serupa, dimana pretest menunjukkan sebagian besar anak memiliki pengetahuan gizi *rendah-sedang* (20 dari 35 anak; 57%),

Peneliti berpendapat bahwa pengetahuan anak tentang gizi sebelum diberikan pendidikan kesehatan masih tergolong rendah hingga sedang. Anak-anak memerlukan bimbingan tambahan agar dapat memahami konsep gizi seimbang dan manfaat makanan sehat bagi tubuh mereka.

2. Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Media Edukasi “Sipiku” (dongeng gizi seimbang isi piringku)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 anak prasekolah yang dilakukan post-test, mayoritas memiliki pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 17 anak (56,7%). Anak dengan pengetahuan tinggi

berjumlah 10 anak (33,3%), sedangkan anak dengan pengetahuan rendah hanya 3 anak (10,0%).

Pengetahuan gizi yang meningkat mencakup kemampuan anak mengenali kelompok makanan, memahami fungsi nutrisi, serta mengetahui komposisi makanan yang seimbang sesuai pedoman *Isi Piringku*. Anak yang memiliki pengetahuan gizi tinggi cenderung lebih siap menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari, misalnya memilih makanan yang kaya serat, protein, vitamin, dan mineral sesuai kebutuhan anak prasekolah (Desfita, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2023), yang menunjukkan bahwa sesudah diberikan media edukasi berupa Fill My Plate Card, mayoritas anak memiliki pengetahuan gizi meningkat menjadi *tinggi* (24 dari 30 anak; 80%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo dan Adhianata (2023) juga melaporkan hasil serupa, dimana posttest meningkat menjadi *sedang-tinggi* (27 dari 35 anak; 77%) setelah diberikan media edukasi berupa komik gizi.

Peneliti berpendapat bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media edukasi “Sipiku”, terjadi peningkatan pengetahuan gizi anak. Media edukasi yang berbasis dongeng dan ilustrasi visual terbukti efektif dalam memudahkan anak memahami informasi gizi dengan cara yang menyenangkan dan menarik.

3. Hasil Preetest dan Post Test Pemberian Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 anak prasekolah, pada kelompok anak dengan pengetahuan rendah saat pre-test, sebanyak 42,9% tetap berada pada kategori rendah dan 57,1% meningkat ke kategori pengetahuan sedang setelah diberikan media edukasi "Sipiku". Pada kelompok anak dengan pengetahuan sedang saat pre-test, sebanyak 65,0% tetap berada pada kategori sedang dan 35,0% meningkat ke kategori pengetahuan tinggi, tanpa adanya penurunan tingkat pengetahuan. Seluruh anak dengan pengetahuan tinggi pada pre-test, yaitu 100%, tetap berada pada kategori pengetahuan tinggi pada post-test.

Pengetahuan gizi merupakan salah satu aspek penting dalam membentuk perilaku makan yang sehat pada anak. Pengetahuan ini mencakup pemahaman mengenai jenis-jenis makanan, kandungan nutrisi, serta porsi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Anak-anak yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu mengenali makanan sehat dan membuat pilihan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka (Putri, 2025).

Pengetahuan gizi yang diterapkan sejak dini dapat membantu anak mengembangkan kebiasaan makan sehat, mencegah malnutrisi, serta mengurangi risiko obesitas dan penyakit tidak menular di masa depan. Oleh karena itu, upaya edukasi gizi perlu dilakukan melalui media yang

menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan anak agar informasi yang diberikan mudah dipahami dan diterapkan (Rafkhani, 2025).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggreni (2023) yang dilakukan di SDN 011 Kambesko menunjukkan bahwa edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa dasar ditemukan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi (pre-test range 3-7 meningkat ke post-test range 6-10), dengan perbedaan yang signifikan pada nilai $p < 0,05$.

Peneliti berpendapat bahwa media edukasi "Sipiku" memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak. Penggunaan media edukasi yang kreatif dan interaktif dapat menjadi strategi efektif untuk membentuk perilaku konsumsi makanan sehat sejak usia dini.

4. Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi di Tk Bungong Keupula

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 anak prasekolah, tidak terdapat anak yang mengalami penurunan hasil dari pre-test ke post-test, 11 anak mengalami peningkatan hasil, dan 19 anak memiliki hasil yang sama antara pre-test dan post-test. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima, artinya terdapat pengaruh media edukasi "sipiku" (dongeng gizi seimbang isi piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di Tk Bungong Keupula.

Hasil uji *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($<0,05$), adanya perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media edukasi “Sipiku” (dongeng gizi seimbang isi piringku) berpengaruh terhadap peningkatan tingkat pengetahuan anak tentang gizi di TK Bungong Keupula.

Peningkatan tingkat pengetahuan anak setelah diberikan intervensi media edukasi dapat dijelaskan melalui teori belajar kognitif yang menekankan bahwa proses pembelajaran akan berlangsung lebih efektif apabila informasi disampaikan secara konkret, terstruktur, dan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak. Pengetahuan diperoleh melalui proses penginderaan terhadap suatu objek, sehingga penggunaan media edukasi yang melibatkan unsur visual dan narasi mampu meningkatkan daya serap informasi (Sari et al., 2022).

Pada anak usia prasekolah, pendekatan pembelajaran berbasis cerita (*storytelling*) dinilai efektif karena membantu anak memahami konsep abstrak, termasuk konsep gizi seimbang, melalui representasi yang sederhana dan kontekstual. Selain itu, teori konstruktivisme menyatakan bahwa anak membangun pengetahuan baru berdasarkan pengalaman yang telah dimiliki, sehingga pengenalan konsep Isi Piringku yang dikaitkan dengan makanan sehari-hari dapat memperkuat pemahaman anak. Dengan demikian, media edukasi “Sipiku” yang mengintegrasikan dongeng dan

visual edukatif berpotensi meningkatkan pengetahuan gizi anak secara bermakna dan berkelanjutan (Islam, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Islam (2024), juga sejalan dengan hasil penelitian ini dimana didapatkan hasil bahwa hasil uji Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan tentang konsep Isi Piringku setelah diberikan edukasi menggunakan leaflet dan video pada anak usia sekolah.

Selain itu, penelitian oleh Sari et al. (2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi berbasis cerita dan visual interaktif secara signifikan meningkatkan pemahaman gizi pada anak usia dini, karena mampu menarik perhatian anak dan memudahkan pemahaman materi yang bersifat abstrak.

Menurut asumsi peneliti, efektivitas media edukasi "SIPIKU" dalam meningkatkan tingkat pengetahuan anak tentang gizi disebabkan oleh penyampaian pesan gizi yang disesuaikan dengan karakteristik anak prasekolah, yaitu melalui metode dongeng yang menarik, penggunaan bahasa sederhana, serta visual yang mudah dipahami. Media dongeng memungkinkan anak untuk belajar sambil bermain, sehingga informasi gizi dapat diterima dengan lebih baik dan tersimpan lebih lama dalam ingatan anak. Selain itu, keterlibatan aktif anak selama proses edukasi turut berperan dalam meningkatkan perhatian dan minat belajar, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan gizi. Oleh

karena itu, media edukasi “Sipiku” dapat dijadikan sebagai alternatif media pembelajaran gizi yang efektif dan menyenangkan bagi anak prasekolah di lingkungan sekolah.

F. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini berkaitan dengan pemilihan dan keterlibatan sampel penelitian. Dari total populasi sebanyak 90 anak prasekolah di TK Bungong Keupula yang ditetapkan sebagai dasar penentuan sampel menggunakan rumus Slovin, tidak seluruh anak yang terpilih dapat berpartisipasi secara optimal hingga akhir penelitian. Sebagian anak tidak dapat mengikuti seluruh tahapan penelitian karena kendala kehadiran, baik pada saat pelaksanaan pre-test maupun post-test. Hal tersebut menyebabkan jumlah sampel akhir yang dianalisis lebih sedikit dari jumlah sampel yang direncanakan, sehingga hasil penelitian mengenai pengaruh media edukasi “SIPIKU” (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi memiliki keterbatasan dalam hal cakupan dan generalisasi temuan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 sampai 19 November 2025 pada 30 anak di Tk Bungong Keupula Kabupaten Pidie, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Mayoritas hasil pree test dari 30 anak yaitu berada pada kategori pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 20 anak (66,7%).
2. Mayoritas hasil post test dari 30 anak yaitu berada pada kategori memiliki pengetahuan sedang tentang gizi, yaitu sebanyak 17 anak (56,7%).
3. Ada pengaruh media edukasi "sipiku" (dongeng gizi seimbang isi piringku) terhadap tingkat pengetahuan anak tentang gizi di Tk Bungong Keupula dengan P-value sebesar 0,001 ($P < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Disarankan bagi peneliti untuk terus mengembangkan penelitian terkait edukasi gizi pada anak dengan melibatkan sampel yang lebih banyak atau metode yang lebih beragam, sehingga hasil penelitian dapat lebih representatif dan aplikatif.

2. Bagi Responden

Diharapkan anak-anak diharapkan terus meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang gizi seimbang, serta menerapkan informasi yang diperoleh dari penelitian ini dalam memilih dan mengonsumsi makanan yang sehat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sekolah dan institusi pendidikan disarankan untuk menyelenggarakan program edukasi gizi secara rutin, termasuk pelatihan membaca label makanan, sehingga siswa memiliki kemampuan yang lebih baik dalam membuat keputusan konsumsi makanan yang sehat.

4. Bagi Peneliti Lainnya

Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian lanjutan yang mengkaji efektivitas metode edukasi gizi yang berbeda, atau mengembangkan media edukasi yang lebih interaktif agar dapat meningkatkan pengetahuan gizi anak secara lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggreni, E., Wulandhari, Y., & Jas, F. (2023). *The effect of balanced nutrition education with audio visual media on students knowledge of SDN 011 Kambesko*. *Jurnal Ibu dan Anak*, 11(2), 38–43
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2023). *Laporan Perkembangan Penurunan Stunting di Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: BKKBN.
- Desfita, S., Anggraini, H., Yolanda, H., Putri, M. N., & Zulriyanti, N. (2023). Counseling on balanced nutrition for elementary school children at SDN 67 Tangkerang Selatan, Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 3(1), 1–7.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2020). *Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Aceh Tahun 2020*. Banda Aceh: Dinas Kesehatan Aceh.
- Fadila, A. R., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Upaya Pencegahan Obesitas Pada Remaja Di Mts Al-Khairiyah. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(2), 113-119.
- Febriani, C. A., Nuryani, D. D., & Elviyanti, D. (2019). Efektivitas Pemanfaatan Media Gambar Bergerak Dan Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 181-186.
- Hapnison, H. A. (2024). *Efektivitas Penggunaan Media Edukasi Gizi Konsiku (Buku Dongeng Isi Piringku) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Sebagai Upaya Pencegahan Obesitas* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Islam, M., Rahmaniar, A. MB., Yusuf, K., Masithah, S., & Syafruddin, S. (2024). Pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet dan video Kementerian Kesehatan terhadap pengetahuan tentang Isi Piringku pada anak usia sekolah di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 113–117.
- Heryanto, M.L., Amelia, P.B. Dan Mulyati, L. (2023) “Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah,” *Journal Of Midwifery Care*, 4(1), Hal. 46 55.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Isi Piringku: Pedoman Porsi Makan Seimbang untuk Anak*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Gizi Seimbang untuk Anak Usia Dini. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Isi Piringku: Panduan Porsi Makan Seimbang untuk Anak. Direktorat Gizi Masyarakat, Ditjen Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Khomsan, A., Anwar, F., & Mudjajanto, E. S. (2022). Pengetahuan; Sikap dan Praktek Gizi Ibu Peserta Posyandu. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 4(1 1), 33 - 41.
- Mulya, A. B., Aminyoto, M., & Hasanah, N. (2021). Pengaruh Media Edukasi Bogimba (Boneka Dan Dongeng Gizi Seimbang) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi Di TK Islam Silmi Samarinda. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(2), 94-100.
- Nadhirah, F. Dan Taufiq, S. (2021) “Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Taman Kanak-Kanak,” *Darussalam Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery*, 1(1), Hal. 30–38.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuryani. (2022). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja (*Validity and Reliability Questionnaire of Knowledge, Attitude and Practice of Balanced Diet among Adolescent*). Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Gorontalo, Indonesia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 26(2), 622–7622.
- Padmiswari, A. A. I. M., Wulansari, N. T., & Antari, N. W. S. (2022). Efektivitas Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Buku Cerita Bergambar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(1), 19-24.
- Pangestuti, F.Y. Dan Prameswari, G.N. (2021) “Hubungan Status Ibu Bekerja, Pola Asuh Makan, Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Picky

Eater Pada Anak Usia Prasekolah,” *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*, 1(1), Hal. 101-113.

Pratiwi, W.S., Yulianto, A. And Widayati, W. (2022) ‘Pengetahuan Orang Tua Dan Perilaku Picky Eating Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita’, *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(4), Pp. 389–397. Available At:

Puspita, A.L. (2023) “Hubungan Perilaku Picky Eating Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Di Kb Paud Imanul Wafa Balikpapan,” *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8).

Putri, A., Susanti, N., Wira, Y., Sy, C., Muthma“innah Mashar, H., Gizi, J., Kemenkes, P., & Raya, P. (2021). Pengaruh penyuluhan gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang konsumsi sayur dan buah di sman 1 palangka raya *The Effect of Nutritional Explanation with Video Media on Knowledge and Attitude of Adolescents About Vegetable and 73 Fruit Consumption* (Vol. 5).

Putri, G. E., Dasril, O., Angelia, I., Fitri, W. E., Trisnadewi, E., Handayani, S., & Sary, A. N. (2025). Peningkatan pengetahuan anak usia dini melalui sosialisasi makanan bergizi menggunakan media alat peraga sayur dan buah. *Jurnal Mitra Masyarakat*, 4(1).

Rahadiyanti, A., Dina, S. S., Tampubolon, S. P. O., Veicinlun, S. Y., Mattarahmawati, S. A., Jannah, S. R., & Ningsih, S. (2022). Peningkatan pengetahuan ibu dan guru terkait gizi seimbang anak usia 5-8 tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung. *Proactive*, 1(1), 8-14. Kemenkes RI (2023) “Menteri Kesehatan Republik Indonesia Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022,” Hal. 1–7.

Rahman, M. T. (2020). *Filsafat Ilmu Pengetahuan*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Rafkhani, T. (2025). Peran media pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan kebiasaan makan sehat pada anak sekolah. *Nutrizione - Nutrition Research and Development Journal*, 4(3).

Riska, N. (2021). Pengaruh pelatihan tentang pemilihan makanan sehat untuk mencegah terjadinya stunting melalui edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8, 175–185. <http://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>

Roring, N. M., Posangi, J., & Manampiring, A. E. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Intensitas Olahraga Dengan Status Gizi. *Jurnal Biomedik: JBM*, 12(2), 110-116.

- SA'IDAH, N. A. (2023). *Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Metode Story Telling Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Salma, A. N., & Kurniasari, R., (2022). Pengaruh Media Poster, Video Boneka Tangan, Dan Buku Cerita Terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Tentang Gizi Seimbang.
- Salsabila, R., Kesehatan, P., Timur, K., Gizi, J., Sarjana, P., Gizi, T., & Samarinda, D. D. (2023). Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet dan Food Model Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Sarapan Sehat. In *ADVANCES in Social Humanities Research* (Vol. 1, Issue 8).
- Sulistiyadewi, N. P. E., & Wasita, R. R. R. (2022). Pengetahuan Gizi Seimbang Terhadap Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Pada Remaja di SMK Kesehatan Bali Khresna Medika. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 140–148. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v10i3.338>
- Susindra, Y., Al Waja Permatasari, R., Studi Promosi Kesehatan, P., Kesehatan, J., Negeri Jember, P., Studi Gizi Klinik, P., & Negeri Jember, P. (2023). Pengaruh Media Pembelajaran Infografis Berbasis Aplikasi Android Terhadap Tingkat Pengetahuan Mengenai Obesitas Pada Remaja Putri (Vol. 4, Issue 2). Switenia
- Susyanto, B. E., & Fadhilah, W. (2023). *Edukasi Gizi Remaja*. Deepublish.
- UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*. New York: United Nations Children's Fund (UNICEF)
- United Nations. (2020). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2020: Transforming Food Systems for Affordable Healthy Diets*. New York: United Nations.
- Wibowo, M. A., & Adhianata, H. (2023). Efficacy of balanced nutrition comic as a learning medium in nutrition education intervention for primary school age children in Sampang District. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 10(2), 254–259.
- World Health Organization; WHO.(2024). Malnutrition In Children. WHO : <https://www.who.int/data/nutrition/nlis/info/malnutrition-in-children>. Diakses Tanggal 11 Januari 2024 Pukul 12.31.
- Yuksel, H; Şahin,F; Bianco,A. School-based intervention programs for preventing obesity and promoting physical activity and fitness: A

systematic review. *International Journal Environment Research Public Health*. 2020;17(1);56-76.

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN

PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA

KEGIATAN	Juni			Juli			Agustus			September			Oktober			November			Desember		
Pengajuan judul	■	■																			
ACC judul			■																		
Penyusunan Proposal				■	■	■															
Seminar proposal							■														
Perbaikan								■	■												
Pelaksanaan penelitian										■	■										
Pengolahan dan Analisa data												■	■	■							
Penyusunan skripsi													■	■	■						
Sidang skripsi																■	■	■			
Perbaikan skripsi																			■	■	■

Dosen Pembimbing

(Ns. Dian Devita, M.Tr.Kep)

Peneliti

(Minanda Qulisa)

LAMPIRAN 2

ANGGARAN BIAYA SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA**

No	Uraian	Harga
1.	Biaya Studi Kepustakaan - Foto Copy Bahan - Print Jurnal	Rp. 200.000 Rp. 100.000
2.	Biaya Penyusunan Skripsi - Kertas 2 Rim - Print Skripsi - Foto Copy Skripsi Untuk	Rp. 200.000 Rp. 100.000 Rp. 200.000
3.	Biaya Seminar dan Sidang	Rp. 1.600.000
	TOTAL	Rp. 2.440.000

Mengetahui
Pembimbing

(Ns. Dian Devita, M.Tr.Kep)

Sigli, 2 Januari 2026
Peneliti

Minanda Qulisah

LAMPIRAN 3

LEMBARAN PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:
Calon Responden Penelitian
Di –
Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam.

Nama : Minanda Qulisah

Nim : 22010111

Akan melakukan penelitian dengan Judul “Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi Di TK Bungong Keupula”. Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi responden, kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan peneliti ini, jika dengan napa bersedia menjadi responden. Untuk maksud tersebut saya memerlukan data/informasi yang nyata dan akurat dari saudara (i) melalui kuesioner yang saya lampirkan pada surat ini. Atas perhatian dan kesediaan para saudara (i) sebagai responden, saya ucapkan terima kasih.

Mahasiswa

Minanda Qulisah

LAMPIRAN 4

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden untuk ikut berpartisipasi dalam pencarian data yang dilakukan Mahasiswi Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam Sigli yang dengan :

Nama : **Minanda Qulisah**

Nim : 22010111

Judul Proposal : Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi Di TK Bungong Keupula

Saya mengerti bahwa catatan/data mengenai penelitian ini akan dirahasiakan, dan informasi yang saya berikan akan sangat besar manfaatnya bagi pengembangan Ilmu Keperawatan. Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam hal ini.

Sigli, Desember, 2025

Responden

LAMPIRAN 5

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Judul : Penyuluhan Gizi Seimbang “Isi Piringku” melalui Media Dongeng “SIPIKU”

Sasaran : Anak-anak TK Bungong Keupula

Waktu : 30–45 menit

Tempat : Ruang kelas TK Bungong Keupula

Media : Dongeng “SIPIKU”, gambar makanan sehat, kartu stiker buah & sayur

Metode : Ceramah interaktif dan permainan

1. Tujuan Pembelajaran

- a. Tujuan Umum: Anak-anak dapat memahami pentingnya makan makanan bergizi seimbang untuk tubuh yang sehat dan kuat.
- b. Tujuan Khusus:
 - 1) Menyebutkan pengertian gizi seimbang.
 - 2) Menyebutkan contoh makanan sumber karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin.
 - 3) Menjelaskan pentingnya sarapan pagi dan minum air putih.
 - 4) Memilih makanan sehat berdasarkan gambar (dari kuesioner).

2. Alat dan Bahan (AP)

- a. Boneka karakter SIPIKU
- b. Gambar makanan sehat & tidak sehat
- c. Stiker emoji makanan 🍌 🍷 🍓
- d. Poster “Isi Piringku”
- e. Lembar kuesioner warna-warni

3. Metode dan Langkah Penyuluhan

Kegiatan	Waktu	Materi
Pendahuluan	(5 menit)	Salam, perkenalan, bernyanyi “Isi Piringku” 🎵 Media: Lagu anak & kartu bergambar

Materi (Membacakan Dogeng)	(25 menit)	Dongeng “SIPIKU” tentang makanan sehat 🍲 + tanya jawab interaktif Media: Boneka, gambar makanan, stiker
Penutup	(10 menit)	Menyimpulkan bersama, memberi stiker 🍷 Media: Stiker & kartu makanan

4. Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui kuesioner bergambar dengan emoji, meliputi:

- Anak dapat menyebutkan makanan sehat.
- Anak mengetahui pentingnya sarapan.
- Anak tahu berapa kali makan sayur dan buah per hari.

5. Pesan Kunci

“Tubuh sehat dan kuat dimulai dari piring yang seimbang — makan sayur, buah, nasi, dan lauk setiap hari, serta jangan lupa minum air putih ya!



**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PEMBERIAN MEDIA EDUKASI “SIPIKU”**

	PEMBERIAN MEDIA EDUKASI “SIPIKU”	
	Standar Operasional Prosedur	No Dokumen
		No Revisi
		Tanggal Terbit
		Halaman
1. Pengertian	Pemberian media edukasi “SIPIKU” merupakan kegiatan edukasi gizi kepada anak taman kanak-kanak melalui metode dongeng yang menyampaikan pesan gizi seimbang berdasarkan konsep Isi Piringku secara sederhana, menarik, dan sesuai dengan usia anak.	
2. Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan informasi gizi seimbang kepada anak usia dini. 2. Membantu anak mengenal jenis makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah 3. Meningkatkan minat dan perhatian anak terhadap makanan sehat. 	
3. Kebijakan	Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.	
4. Alat dan bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Media edukasi “SIPIKU” (buku dongeng/alat peraga) 2. Gambar Isi Piringku 3. Lembar observasi kegiatan 4. Alat tulis 	
5. Prosedur/Langkah-langkah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak dikondisikan untuk duduk dengan nyaman di ruang kelas. 2. Peneliti memperkenalkan media edukasi “SIPIKU”. 3. Penyampaian materi dilakukan melalui dongeng gizi seimbang. 4. Anak diajak berinteraksi selama dongeng (menjawab pertanyaan sederhana, menunjuk gambar). 	

	5. Peneliti memberikan penguatan materi setelah dongeng selesai.
6. Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Terminasi2. Evaluasi singkat respon dan partisipasi anak.3. Penutupan kegiatan dengan salam.4. Dokumentasi kegiatan edukasi.

Sumber : Diadaptasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017).

Pedoman Gizi Seimbang untuk Anak Usia Dini. Jakarta: Kemenkes RI.

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PENGUKURAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI ANAK**

	PENGUKURAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI ANAK	
	Standar Operasional Prosedur	No Dokumen
		No Revisi
		Tanggal Terbit
		Halaman
1. Pengertian	Pengukuran tingkat pengetahuan anak tentang gizi merupakan kegiatan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman anak taman kanak-kanak mengenai gizi seimbang dan konsep Isi Piringku sebelum dan sesudah diberikan media edukasi “SIPIKU”.	
2. Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui tingkat pengetahuan awal anak tentang gizi. 2. Menilai perubahan tingkat pengetahuan anak setelah edukasi. 3. Menjadi dasar evaluasi efektivitas media edukasi “SIPIKU”. 	
3. Kebijakan	Pedoman Penilaian Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan Pedoman Gizi Seimbang Kemenkes RI.	
4. Alat dan bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lembar kuesioner pengetahuan gizi anak (pre-test dan post-test) 2. Gambar atau ilustrasi makanan 3. Alat tulis 4. Lembar observasi 	
5. Prosedur/Langkah-langkah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak diberikan penjelasan sederhana mengenai kegiatan tanya jawab. 2. Dilakukan pengukuran pengetahuan awal (pre-test) dengan bantuan gambar. 3. Anak diberikan media edukasi “SIPIKU”. 	

	<ol style="list-style-type: none">4. Setelah edukasi selesai, dilakukan pengukuran pengetahuan akhir (post-test).5. Jawaban anak dicatat dan diklasifikasikan sesuai kriteria penilaian.
6. Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Terminasi2. Evaluasi hasil pengukuran pengetahuan anak.3. Penutupan kegiatan dengan salam.4. Dokumentasi hasil pengukuran.

Sumber : Diadaptasi dari Suryani dkk. (2018)

KUESIONER PENELITIAN
PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU" (DONGENG GIZI SEIMBANG
ISI PIRINGKU) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK
TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEUPULA

A. Data Demografi

1. Umur : 4 Tahun / 5 Tahun / 6 Tahun
2. Jenis Kelamin : Perempuan / laki-Laki
3. Tanggal Penelitian :
4. No Responden : *diisi oleh peneliti **

B. Pengetahuan Anak Tentang Gizi

Petunjuk: Peneliti membacakan pertanyaan kepada anak. Anak menjawab dengan menunjuk atau menjawab lisan.

1. Nasi itu makanan sehat ?
 - a. Ya
 - b. Tidak



2. Sayur baik untuk tubuh?
 - a. Ya
 - b. Tidak



3. Buah boleh dimakan setiap hari?
 - a. Ya
 - b. Tidak



4. Air putih baik untuk diminum?
a. Ya
b. Tidak



5. Permen boleh dimakan banyak-banyak?
a. Ya
b. Tidak



6. Ikan dan telur membuat tubuh kuat?
a. Ya
b. Tidak



7. Cuci tangan sebelum makan itu baik?
a. Ya
b. Tidak



8. Minum susu baik untuk tubuh?
a. Ya
b. Tidak



9. Sayur membuat badan sehat ?
a. Ya
b. Tidak



10. Jajan terus lebih baik dari makan nasi?
a. Ya
b. Tidak



11. Buah membuat tubuh segar?
a. Ya
b. Tidak



12. Makan teratur itu baik?
a. Ya
b. Tidak



13. Air putih lebih baik dari minuman soda?

- a. Ya
- b. Tidak



14. Makan sayur dan buah itu penting?

- a. Ya
- b. Tidak



15. Makan makanan sehat bikin badan kuat?

- a. Ya
- b. Tidak



Jawaban kunci pernyataan pengetahuan

1. Ya
2. Ya
3. Ya
4. Ya
5. Tidak
6. Ya
7. Ya
8. Ya
9. Ya
10. Tidak
11. Ya
12. Ya
13. Ya
14. Ya
15. Ya

DONGENG

Isi Piringku dan Hidup Sehat Dodo dan Mita

Narator:

Halo, halo semua! Yuk belajar bersama Dodo dan Mita tentang pentingnya nutrisi dan perilaku hidup bersih dan sehat agar kita tetap sehat, kuat, dan ceria!

(Musik ceria terdengar, anak-anak bernyanyi bersama)

Anak-anak:

♪ Di sini senang, di sana senang, di mana-mana hatiku senang! Karena hari Minggu senang, hari libur senang, harinya bermain kita senang! ♪

Adegan 1: Di rumah Dodo dan Mita

Narator:

Hari Minggu pagi, Dodo dan Mita bersiap untuk bermain ke sungai dekat hutan kota.

Mita:

Dodo, ayo cepat bangun! Sudah pagi, nanti teman-teman datang loh!

Dodo (mengantuk):

Iya, iya, aku sudah bangun kok, Mita.

Ibu:

Dodo, Mita, sudah mandi belum?

Mita:

Sudah, Bu!

Ibu:

Sudah sarapan?

Dodo (sambil mengunyah):

Sssudah... tapi belum selesai, Bu!

Ibu (tersenyum):

Nah, habiskan dulu sarapannya ya, biar kuat mainnya.

Adegan 2: Teman-teman datang menjemput

Teman 1:

Halo, Dodo, Mita! Maaf ya kami datang pagi-pagi.

Mita:

Tidak apa-apa, kami juga baru selesai sarapan kok.

Dodo:

Kalian sudah sarapan belum?

Teman 2:

Aku sih enggak sarapan. Enggak biasa.

Mita (heran):

Kok begitu?

Teman 3:

Aku cuma makan biskuit coklat biar cepat!

Dodo:

Lho, harusnya sarapan yang bergizi dong. Kalau nggak nanti cepat capek!

Mita:

Iya, aku dan Dodo sarapan nasi hangat, telur ceplok, tempe goreng, sayur bayam, pisang, dan susu!

Teman 1 (kaget):

Wah, banyak banget! Kayak makan siang aja!

Mita:

Hehehe, biar banyak tenaga!

Adegan 3: Di sungai

Narator:

Mereka berjalan riang menuju sungai sambil bernyanyi.

Anak-anak:

♪ Di sini senang, di sana senang, di mana-mana hatiku senang! ♪

Dodo:

Yey! Main lempar batu pipih yuk!

Mita:

Aku mau balapan perahu daun!

Teman 2:

Perahu daunku paling cepat!

Dodo:

Wah, perahuku menang! Hehehe!

Teman 1 (mengantuk):

Wooaaah... aku capek. Ngantuk nih.

Dodo (heran):

Loh, kok kalian ngantuk sih? Baru sebentar mainnya.

Mita:

Iya, mungkin karena kalian belum sarapan makanan bergizi. Tubuhnya kurang tenaga.

Adegan 4: Di rumah Dodo dan Mita

Dodo:

Yuk ke rumahku dulu! Istirahat dan makan siang sekalian.

Teman-teman:

Baiklah!

Narator:

Mereka pun pulang sambil bernyanyi riang.

Anak-anak:

🎵 Di sini senang, di sana senang, di mana-mana hatiku senang! 🎵

Ibu:

Nah, sudah cuci tangan belum semuanya?

Anak-anak:

Sudah, Bu!

Ibu:

Ayo duduk, ini makan siangnya: nasi putih, ayam goreng, semur tahu, sayur daun singkong, dan buah pisang.

Teman 1:

Ih, banyak banget makanannya!

Teman 2:

Aku nggak suka sayur, rasanya aneh.

Mita:

Hehe, tapi sayur itu penting loh, biar tubuh sehat dan kuat.

Dodo:

Betul! Kalau makanannya bergizi lengkap, tubuh jadi nggak cepat lelah dan ngantuk.

Adegan 5: Penutup dan pesan moral

Narator:

Nah, anak-anak, tubuh kita butuh makanan bergizi seimbang: ada karbohidrat, protein, sayur, buah, dan air putih yang cukup.

Dodo dan Mita (bersama):

Isi piringmu dengan gizi lengkap ya!

Anak-anak:

♪ Makan nasi senang, pakai telur senang, Tahu tempe juga senang, Jangan lupa sayur dan buah, Biar sehat dan ceria! ♪

Narator:

Begitulah kisah Dodo dan Mita tentang pentingnya sarapan bergizi dan hidup sehat.

Semua (bersama):

Hidup sehat itu menyenangkan!



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

MEDIKA NURUL ISLAM

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie
Email : stikesmnisigli@gmail.com Laman : stikesmni.ac.id
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 384 /MNI.05.04/PP.05.02.00/2025

Lamp :-

Hal : Studi Pendahuluan

Kepada Yth :

TK bungong kepulauan

Di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Sehubungan dengan akan dilakukan penyusunan Skripsi bagi mahasiswa SI Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Ajaran 2025/2026 yang merupakan salah satu syarat akademik, mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : MINANDA QULISAH
NIM : 22010111

Sedang menyusun proposal penelitian dengan judul "PENGARUH MEDIA EDUKASI "SIPIKU"(dongeng gizi seimbang isi piringku) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN ANAK TENTANG GIZI DI TK BUNGONG KEPULANGAN"

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, maka mohon untuk diberikan izin bagi mahasiswa yang bersangkutan dapat melakukan pengambilan data awal guna penyusunan dan penyelesaian tugas akhir. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk Studi Ilmiah dan tidak dipublikasikan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Sigli, 23 Agustus 2025

Wakil Ketua I

STIKes Medika Nurul Islam





PEMERINTAH KABUPATEN PIDIE TK BUNGONG KEUPULA

Jl. Guha Tujoh Gampong Keupula Kecamatan Muara Tiga Kabupaten Pidie Kode Pos : 24153

Nomor : 384 / 2025
Lampiran : -
Perihal : Selesai Studi Pendahuluan

Kepada Yth :
Wakil Ketua I Bid. Akademik
STIKes Medika Nurul Islam
Di -
Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan dengan Surat Nomor 384/MNI.05.04/PP.05.02.00/2025
Tanggal 23 Agustus 2025 Perihal Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa/i
Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam, yaitu :

Nama : **Minanda Qulisah**
NIM : 22010111
Judul Skripsi : Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi di TK Bungong Keupula

Benar nama tersebut diatas telah selesai melakukan Studi Pendahuluan di TK Bungong Keupula Kecamatan Muara Tiga Kabupaten Pidie sesuai dengan judul Studi Pendahuluan yang sudah ditentukan dan diharapkan data tersebut dapat dipergunakan seperlunya.

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Muara Tiga, 30 Oktober 2025
Kepala TK Bungong Keupula

MUTIA, S. Pd

NIP. 19830602 200604 2 013



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
MEDIKA NURUL ISLAM**

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie
Email : stikesmnisigli@gmail.com Laman : stikesmni.ac.id
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 954 /MNI.05.02/PP.05.00/2025
Lamp : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth
Kepala TK Bungong Kepula
Di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Sehubungan dengan akan dilaksanakan penelitian bagi Mahasiswa/i program studi SI Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Tahun Akademik 2025/2026. Maka, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan Izin Pengumpulan Data Penelitian kepada Mahasiswa/i kami dibawah ini :

Nama : Minanda Qulisah
Nim : 22010111
Judul Skripsi : Pengaruh Media Edukasi "Sipiku"(Dongeng Gizi Seimbang Isi Piringku)
Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi Di Tk Bungong Keupula
Tempat : Kepala TK Bungong Kepula

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Sigli, 03 November 2025

Wakil Ketua I

STIKes Medika Nurul Islam



Ns. Nurlela Mufida, M. Kep

NUPTK: 2544766667237023



PEMERINTAH KABUPATEN PIDIE TK BUNGONG KEUPULA

Jl. Guha Tujoh Gampong Keupula Kecamatan Muara Tiga Kabupaten Pidie Kode Pos : 24153

Nomor : 954 / 2025
Lampiran : -
Perihal : Selesai Penelitian

Kepada Yth :
Wakil Ketua I Bid. Akademik
STIKes Medika Nurul Islam
Di –
Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan dengan Surat Nomor 945/MNI.05.02/PP.05.00/2025 Tanggal
03 November 2025 Perihal Izin Penelitian Mahasiswa/i Program Studi
Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam, yaitu :

Nama : **Minanda Qulisah**
NIM : 22010111
Judul Skripsi : Pengaruh Media Edukasi "Sipiku" (Dongeng Gizi
Seimbang Isi Piringku) Terhadap Tingkat
Pengetahuan Anak Tentang Gizi di TK Bungong
Keupula

Benar nama tersebut diatas telah selesai melakukan Penelitian pada
tanggal 15 s/d 19 November 2025 di TK Bungong Kupula sesuai dengan
judul penelitian yang sudah ditentukan dan diharapkan data tersebut dapat
dipergunakan seperlunya.

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatiannya kami ucapkan
terima kasih.

Muara Tiga, 19 November 2025
Kepala TK Bungong Kupula


MUTIA, S. Pd
NIP. 19830602 200604 2 013

HASIL ANALISA DATA

UNIVARIAT

Frequencies

Statistics

		Pre_Test	Post_Test
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		1.87	2.23
Std. Deviation		.571	.626
Minimum		1	1
Percentiles	25	1.75	2.00
	50	2.00	2.00
	75	2.00	3.00

Frequency Table

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	11	36.7	36.7	36.7
	P	19	63.3	63.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4 Tahun	7	23.3	23.3	23.3
	5 Tahun	13	43.3	43.3	66.7
	6 Tahun	10	33.3	33.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Preetest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	7	23.3	23.3	23.3
	Sedang	20	66.7	66.7	90.0
	Tinggi	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	10.0	10.0	10.0
	Sedang	17	56.7	56.7	66.7
	Tinggi	10	33.3	33.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

HASIL UJI NORMALITAS DATA

Tests of Normality

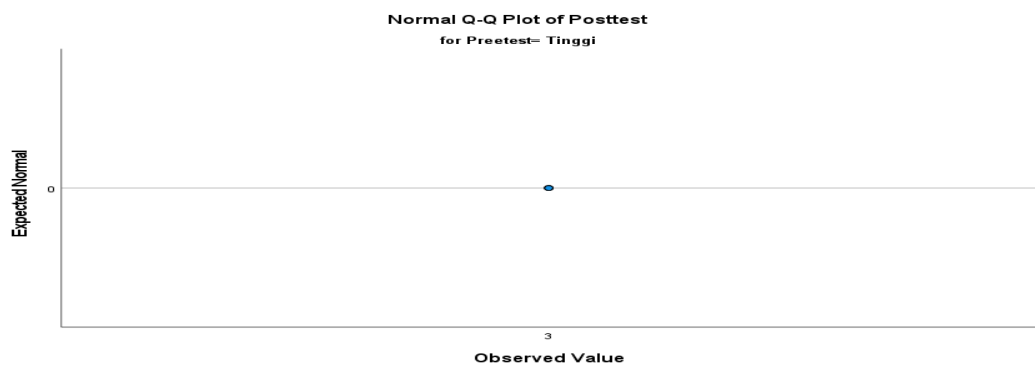
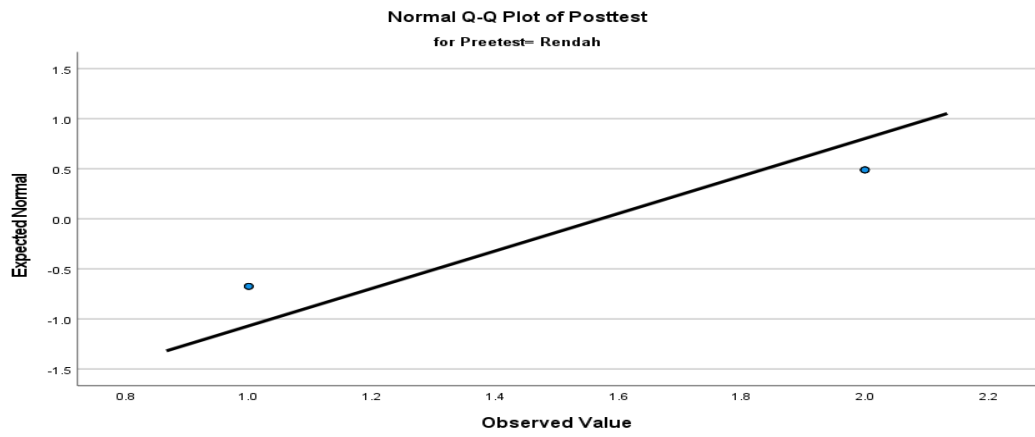
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre_Test	.359	30	.000	.740	30	.000
Post_Test	.312	30	.000	.772	30	.000

a. Lilliefors Significance Correction

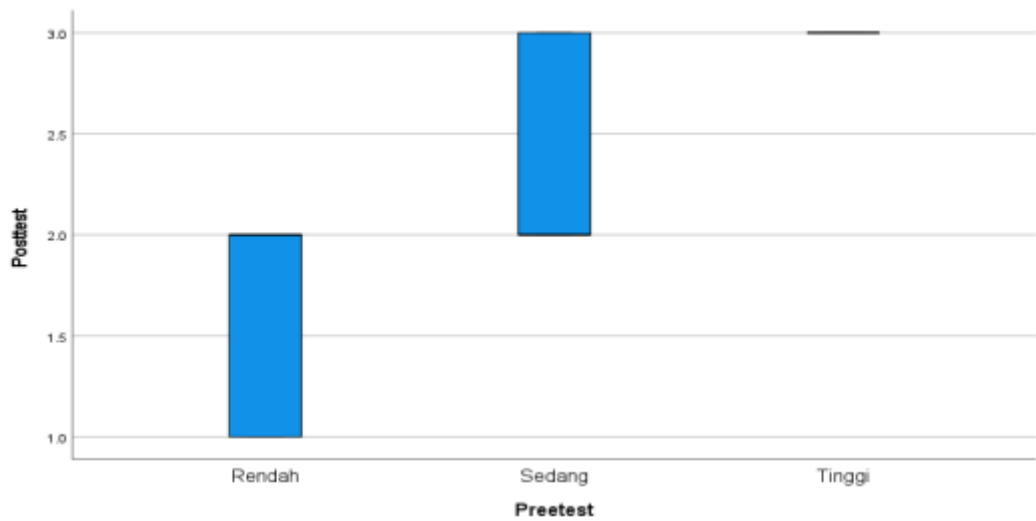
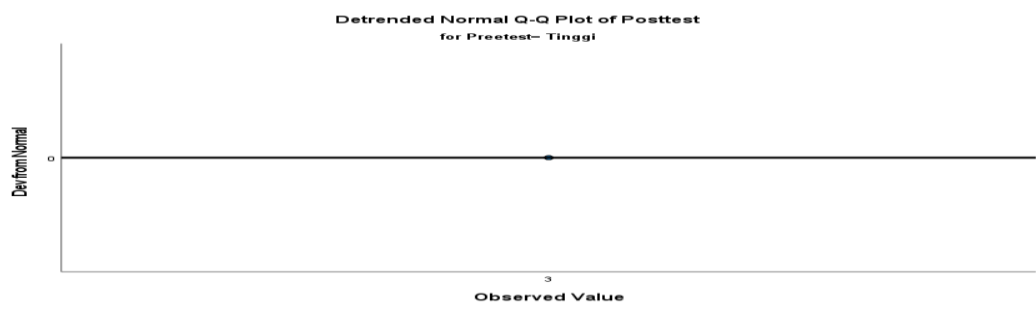
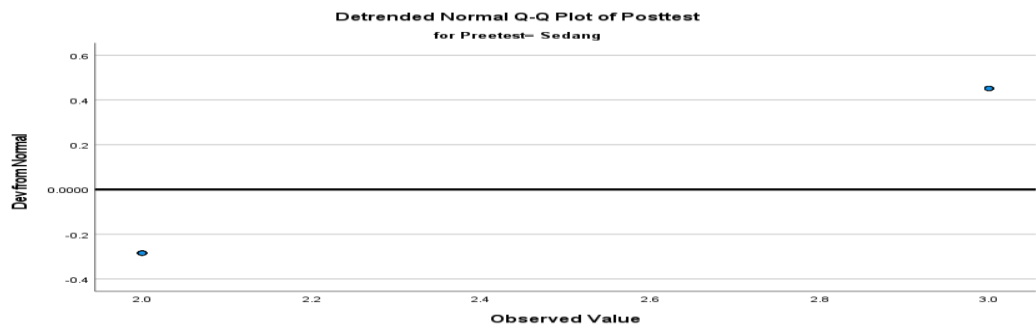
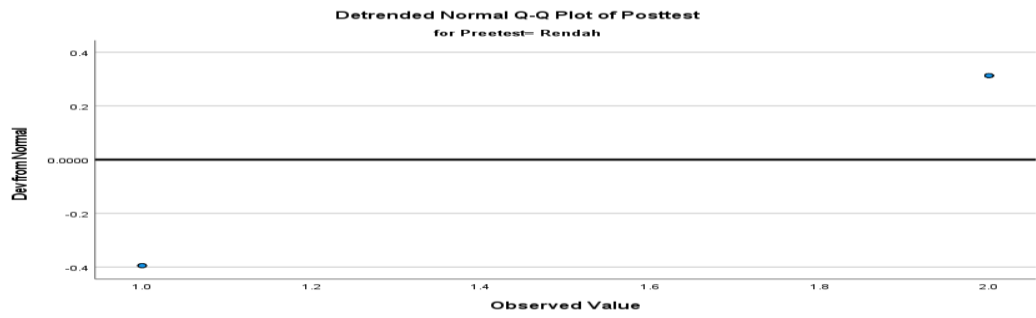
Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Pre_Test	Mean	1.87	.104	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.65	
		Upper Bound	2.08	
	5% Trimmed Mean	1.85		
	Median	2.00		
	Variance	.326		
	Std. Deviation	.571		
	Minimum	1		
	Maximum	3		
	Range	2		
	Interquartile Range	0		
	Skewness	-.028	.427	
	Kurtosis	.208	.833	
	Post_Test	Mean	2.23	.114
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	2.00	
		Upper Bound	2.47	
5% Trimmed Mean		2.26		
Median		2.00		
Variance		.392		
Std. Deviation		.626		
Minimum		1		
Maximum		3		
Range		2		
Interquartile Range		1		
Skewness		-.201	.427	
Kurtosis		-.453	.833	

Normal Q-Q Plots



Detrended Normal Q-Q Plots



HASIL UJI BIVARIAT WILCOXON SIGNED RANKS TEST

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Test - Pree_Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	11 ^b	6.00	66.00
	Ties	19 ^c		
	Total	30		

a. Post_Test < Pree_Test

b. Post_Test > Pree_Test

c. Post_Test = Pree_Test

Test Statistics^a

	Post_Test - Pree_Test
Z	-3.317 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Sign Test

Frequencies

		N
Posttest - Preetest	Negative Differences ^a	0
	Positive Differences ^b	11
	Ties ^c	19
	Total	30

a. Posttest < Preetest

b. Posttest > Preetest

c. Posttest = Preetest

Test Statistics^a

	Posttest - Preetest
Exact Sig. (2-tailed)	.001 ^b

a. Sign Test

b. Binomial distribution used.

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pre_Test * Post_Test	30	100.0%	0	0.0%	30	100.0%

Pre_Test * Post_Test Crosstabulation

			Post_Test			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Pre_Test	Rendah	Count	3 _a	4 _b	0 _b	7
		% within Pre_Test	42.9%	57.1%	0.0%	100.0%
	Sedang	Count	0 _a	13 _b	7 _b	20
		% within Pre_Test	0.0%	65.0%	35.0%	100.0%
	Tinggi	Count	0 _{a, b}	0 _b	3 _a	3
		% within Pre_Test	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	3	17	10	30
		% within Pre_Test	10.0%	56.7%	33.3%	100.0%

Each subscript letter denotes a subset of Post_Test categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the .05 level.

DOKUMENTASI PENELITIAN



