



TUGAS AKHIR

Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *Leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Label Makanan Pada Siswa SMA Negeri 8 Kota Cirebon

**Nanda Halizah Putry
P2.06.31.2.22.065**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

TUGAS AKHIR

**Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *Leaflet*
Terhadap Tingkat Pengetahuan Label Makanan Pada
Siswa SMA Negeri 8 Kota Cirebon**

Nanda Halizah Putry
P2.06.31.2.22.065

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir dengan judul

“PEMBERIAN EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA *LEAFLET* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN LABEL MAKANAN PADA SISWA DI SMA NEGERI 8 KOTA CIREBON”

Laporan Tugas Akhir Ini Dipersiapkan dan Disusun Oleh:

NANDA HALIZAH PUTRY

NIM. P2.06.31.2.22.065

Telah diperiksa, dipersetujui dan siap untuk dipertahankan dihadapan Dewan
Penguji Seminar Hasil Program Studi D III Gizi Cirebon,

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 28 Mei 2025

Waktu : 07.30-08.30 WIB

Mengetahui:

Program Studi D III Gizi Cirebon



Dr. Hj. Wiwit Estuti, S.TP, M.Si

NIP.1968041 81993012001

HALAMAN PENGESAHAN
Laporan Tugas Akhir dengan judul

**“PEMBERIAN EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA *LEAFLET*
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN LABEL MAKANAN
PADA SISWA DI SMA NEGERI 8 KOTA CIREBON”**

Disusun Oleh:

Nama : Nanda Halizah Putry

NIM : P2.06.31.2.22.065

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 28 Mei 2025 dan dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji.

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji:

Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si

NIP.196804181993012001

()

Penguji 1 :

Samuel, SKM, M.Gizi

NIP :196409021987031005

()

Penguji II :

Jongga Adiyaksa, SKM, M.Biomed

NIP : 198602182009021002

()



Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *Leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Label Makanan Pada Siswa SMA Negeri 8 Kota Cirebon

Nanda Halizah Putry ¹ Wiwit Estuti ²

INTISARI

Kurangnya perhatian dalam membaca label informasi gizi pada makanan kemasan khususnya dikalangan siswa dapat berdampak buruk pada kesehatan.(Anggraini *et al.*, 2018) Permasalahan gizi di sekolah yang sering terjadi adalah kebiasaan konsumsi makanan kemasan dan tingkat kepatuhan membaca label makanan pada kemasan makanan.(Dewi *et al.*, 2023) Pemberian edukasi gizi adalah salah satu upaya penting dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pola makan yang sehat. Prevalensi remaja usia 16-18 tahun di wilayah Jawa yang tidak membaca label gizi (17,9%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan atau peningkatan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi melalui media *leaflet*.

Penelitian ini menggunakan Desain *Quasi-Experiment* (Eksperimen semu) dengan kelompok intervensi. Penelitian dilaksanakan pada 10 Januari 2025 di SMA Negeri 8 Kota Cirebon. Populasi pada penelitian ini adalah siswa Kelas X SMA Negeri 8 Kota Cirebon tahun ajaran 2025 yaitu dengan jumlah siswa 25 Orang dengan besar sampel adalah total populasi. Data dikumpulkan dengan pengisian kuesioner terkait jajanan label makanan. Sampel penelitian yaitu kelompok intervensi yang diberikan edukasi gizi melalui media *leaflet*. Instrumen yang digunakan berupa soal pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan gizi responden.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan Tingkat pengetahuan siswa dibuktikan dengan dengan uji *Wilcoxon Matched-Paris* untuk melihat ada tidaknya perubahan antara rata-rata tingkat pengetahuan dan dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (*p-value*) untuk perubahan pengetahuan adalah 0,000 (<0,005). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* pada siswa setelah diberikan edukasi gizi melalui media *leaflet*.

Kata kunci : Edukasi gizi melalui media *Leaflet*, Tingkat pengetahuan, Label Makanan

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Kota Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program DIII Gizi Kota Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

PRAKATA

Segala puji syukur panjatkan kehadiran Allah SWT segala limpah karunia-Nya, sehingga penulisan ini dapat selesai Laporan Tugas Akhir dengan baik dan tepat waktu dengan judul **“Pemberian Edukasi Gizi melalui Media *Leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Label Makanan Pada Siswa di SMA Negeri 8 Kota Cirebon”**. Dengan rasa bangga karya ini, penulis persembahkan kepada :

1. Teristimewa dan terutama bagi penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada cinta pertama dan pintu surgaku, Ayahanda Totong Samsuri dan Ibu Rumsihyati. Atas doa yang selalu dilangitkan dan dukungan beliau, penulis dapat menyelesaikan pendidikannya hingga dibangku kuliah, walaupun beliau tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku kuliah, namun dapat mengusahakan anak perempuannya hingga terdapat gelar dibelakang namanya. Tugas akhir ini adalah persembahan untukmu dari putri kecilmu.
2. Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si selaku dosen pembimbing penulis, terima kasih. atas arahan, bimbingan, kritik, saran dan meluangkan waktunya disela kesibukan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan baik dan tepat waktu.
3. Kepada Alm kakak penulis yaitu Alm. Masdi, terima kasih sudah memberikan motivasi dan nasehat kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini dengan baik. Kuliah merupakan cita-cita beliau, namun beliau sudah berada di surga sebelum melakukan pendidikan di bangku kuliah. Untuk itu, gelar ini penulis persembahkan kepada Alm.Masdi.

4. Terima kasih kepada kakak penulis yaitu Fitri Azizah yang selalu memberikan nasehat, semangat, dan dukungan, serta memfasilitasi penulis dari awal kuliah hingga wisuda. Terima kasih sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menjadi wisuda pertama di keluarga.
5. Terima kasih kakak-kakak dan ponakan-ponakan penulis yang sudah memberikan dukungan, memberikan hiburan dengan lelucon-lelucon sederhana dan siap meluangkan waktunya untuk menjadi tempat dan pendengar terbaik penulis hingga dapat menyelesaikan studi ini.
6. Kepada pemilik NIM J0417241021 yaitu adik penulis, yang selalu menjadi alasan penulis untuk lebih keras lagi dalam berjuang menyelesaikan Tugas Akhir ini, penulis merupakan contoh untuk adiknya yang sedang melakukan pendidikan di perkuliahan. *Cheer up & I'm proud of you dik.*
7. Terima kasih kepada sahabat seperjuangan penulis yaitu Putri Kartikasari dan Chintiya Sulistiyana yang sudah menemani, memahami, membantu dan memberikan semangat dari awal perkuliahan hingga menyelesaikan studi.
8. Prodi D III Gizi wilayah Cirebon, terima kasih sudah menjadi jembatan kepada penulis untuk menggapai cita-cita dan menjadi tempat untuk tumbuh dan berkembang menimba ilmu bersama teman-teman Arunika yang sudah melewati suka dan duka dalam proses perkuliahan sampai dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
9. Terakhir, terima kasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, yaitu penulis diriku sendiri, Nanda. Terima kasih telah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini sampai

selesai. Berbahagialah selalu dengan dirimu sendiri , Nanda. Rayakan kehadiranmu sebagai berkah di mana pun kamu menjejakkan kaki. Jangan sia-siakan usaha dan doa yang selalu kamu langitkan. Allah sudah merencanakan dan memberikan porsi terbaik untuk perjalanan hidupmu. Semoga langakh kebaikan selalu menyertaimu, dan semoga Allah selalu meridhai setiap langkahmu serta menjagamu dalam lindungan-Nya. Aamiin. Terima kasih sudah menjadi wisudawan pertama dikeluarga.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI.....	iii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Pemberian Edukasi Gizi	6
2. Pentingnya Membaca Label Makanan	8
3. Efektivitas Media Leaflet	12
B. Kerangka Teori.....	16
C. Kerangka Konsep Penelitian (untuk Eksperien).....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Jenis Penelitian	18
B. Waktu dan Tempat Penelitian	18
C. Populasi Sampel	18
D. Variabel dan Definisi Operasional	22
BAB IV	32
HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil	32
B. Pembahasan	35
BAB V.....	39

SIMPULAN DAN SARAN	39
DAFTAR PUSTAKA.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional.....	23
Tabel 2. Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Pengetahuan	27
Tabel 3. Distribusi Tingkat Pengetahuan Kelompok Intervensi.....	33
Tabel 4. Ketertarikan Leaflet.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	16
Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal.....	44
Lampiran 2 Naskah Penjelasan Penelitian.....	45
Lampiran 3 Naskah Persetujuan	46
Lampiran 4 Formulir Kuesioner.....	47
Lampiran 5 Media Leaflet.....	51
Lampiran 6 Validitas dan Reabilitas Kuesioner Pengetahuan.....	53
Lampiran 7 Kunci Jawaban Kuesioner Penelitian.....	54
Lampiran 8 Surat izin penelitian	55
Lampiran 9 Daftar nama responden	56
Lampiran 10 Daftar Hadir	57
Lampiran 11 Kuesioner Ketertarikan Media.....	58
Lampiran 12 Dokumentasi kegiatan.....	59
Lampiran 13 Output SPSS Pengetahuan responden.....	60

