



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

**SKRIPSI**

**PENGARUH EDUKASI *BOARD GAME* TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN MAKANAN SEHAT  
PADA  
ANAK USIA SEKOLAH DASAR  
DI SDN NYANTONG**

**FATIYA AULIA MUTMAINNAH**

**NIM. P2.06.20.5.22.014**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN  
KEPERAWATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**2026**



**SKRIPSI**

**PENGARUH EDUKASI *BOARD GAME* TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN MAKANAN SEHAT  
PADA  
ANAK USIA SEKOLAH DASAR  
DI SDN NYANTONG**

**FATIYA AULIA MUTMAINNAH  
NIM.P2.06.20.5.22.014**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN**

**KEPERAWATAN TASIKMALAYA**

**JURUSAN KEPERAWATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**2026**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Edukasi *Board Game* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Makanan Sehat pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN Nyantong”.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak dukungan, bimbingan, serta arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Sekaligus pembimbing 1, yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Novi Enis Rosuliana, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.An. selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis dengan saran dan masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan skripsi.
5. Seluruh dosen dan staf Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas ilmu dan dukungan yang diberikan selama masa perkuliahan.

6. Kedua orang tua penulis, Bapak Asep Hendri dan Ibu Ai Ucu Nurlela, serta nenek, kakek, dan adik penulis yang sangat penulis cintai, atas segala kasih sayang, doa, dukungan, serta semangat yang senantiasa diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Teman terbaik penulis Meiza Nur Alifah dan “Flora”, Asih Kurniasih, Aulya Nurazizah, dan Citra Damas yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Fatiya Aulia Mutmainnah, ya! Diri saya sendiri. Sulit bisa bertahan sampai dititik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dalam skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi materi, bahasa, maupun sistematika penulisan. Oleh karena itu, penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya tulis ilmiah di masa yang akan datang. Penulis memohon maaf apabila ada kesalahan kata yang kurang berkenan. Dan semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Tasikmalaya, 13 Februari 2026

Fatiya Aulia Mutmainnah  
NIM. P20620522014

# **Pengaruh Edukasi *Board Game* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pemilihan Makanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN Nyantong**

## **ABSTRAK**

Fatiya Aulia Mutmainnah<sup>1</sup>, Dr. Dini Mariani<sup>2</sup>, Novi Enis Rosuliana<sup>3</sup>,

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**Latar Belakang:** Pemilihan makanan sehat pada anak usia sekolah dasar masih menjadi permasalahan karena anak cenderung memilih makanan berdasarkan rasa, warna, dan harga tanpa mempertimbangkan nilai gizi serta keamanan pangan. Edukasi berbasis permainan dinilai mampu meningkatkan keterlibatan dan pemahaman anak dalam pembelajaran kesehatan. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh edukasi *board game* terhadap pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat pada anak usia sekolah dasar di SDN Nyantong Tasikmalaya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan pendekatan *pre-test and post-test with control group design*. Teknik sampling yang digunakan adalah *proportionate random sampling* dengan jumlah sampel 50 siswa kelas IV yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol masing-masing 25 responden. Kelompok intervensi diberikan edukasi menggunakan media *board game*, sedangkan kelompok kontrol diberikan metode ceramah. Analisis data menggunakan uji *paired t-test* dan *independent t-test*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap kelompok intervensi setelah diberikan edukasi board game ( $p < 0,05$ ). Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 80,48 menjadi 86,24 dan skor sikap meningkat dari 82,52 menjadi 88,00. Hasil post-test menunjukkan skor pengetahuan dan sikap kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol dengan nilai  $p = 0,005$  pada pengetahuan dan  $p < 0,001$  pada sikap. **Kesimpulan:** Edukasi berbasis *board game* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat pada anak usia sekolah dasar. **Saran:** Media *board game* dapat digunakan sebagai alternatif media edukasi kesehatan yang interaktif dan menarik untuk meningkatkan pemahaman serta sikap positif anak terhadap pemilihan makanan sehat.

**Kata kunci:** anak sekolah dasar, board game, makanan sehat, pengetahuan, sikap.

# ***The Influence of Board Game Education on Knowledge and Attitudes of Healthy Food Selection in Elementary School-Aged Children at Nyantong Elementary School***

## ***ABSTRACT***

Fatiya Aulia Mutmainnah<sup>1</sup>, Dr. Dini Mariani<sup>2</sup>, Novi Enis Rosuliana<sup>3</sup>,

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**Background:** Healthy food selection among elementary school children remains a concern because children tend to choose foods based on taste, color, and price without considering nutritional value and food safety. Game-based education is considered effective in increasing children's engagement and understanding in health learning. **Objective:** To determine the effect of board game education on knowledge and attitudes toward healthy food selection among elementary school children at SDN Nyantong Tasikmalaya. **Methods:** This study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group approach. The sampling technique used was proportionate random sampling, involving 50 fourth-grade students divided into intervention and control groups (25 each). The intervention group received board game-based education, while the control group received lecture-based education. Data were analyzed using paired t-test and independent t-test. **Results:** The results showed a significant improvement in knowledge and attitudes in the intervention group after receiving board game education ( $p < 0.05$ ). The mean knowledge score increased from 80.48 to 86.24, while the attitude score increased from 82.52 to 88.00. Post-test results demonstrated that the intervention group had higher knowledge and attitude scores than the control group, with  $p = 0.005$  for knowledge and  $p < 0.001$  for attitude. **Conclusion:** Board game-based education had a significant effect on improving knowledge and attitudes toward healthy food selection among elementary school children. **Suggestion:** Board game media can be used as an interactive and attractive health education medium to improve children's understanding and positive attitudes toward healthy food selection.

**Keywords:** attitude, board game, elementary school children, healthy food, knowledge

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	7
C. Tujuan penelitian .....	8
1. Tujuan Umum .....	8
2. Tujuan Khusus.....	8
D. Manfaat penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	9
E. Keaslian penelitian .....	10
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	16
A. Konsep Anak Usia Sekolah Dasar.....	16
1. Definisi Anak Usia Sekolah .....	16
2. Karakteristik Tumbuh Kembang.....	17
B. Konsep Pengetahuan .....	18
1. Definisi Pengetahuan .....	18
2. Tingkat Pengetahuan.....	19
3. Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan.....	20
4. Pengukuran dan Kriteria Pengetahuan.....	22
C. Konsep Sikap.....	23

1.	Definisi Sikap.....	23
2.	Komponen Sikap.....	24
3.	Tingkatan Sikap.....	25
4.	Faktor yang Memengaruhi Pembentukan Sikap .....	26
5.	Pengukuran Sikap .....	28
D.	Konsep Pemilihan Makanan Sehat.....	31
1.	Definisi Makanan Sehat .....	31
2.	Definisi Pemilihan Makanan Sehat .....	32
3.	Prinsip Gizi Seimbang .....	32
4.	Kriteria Makanan Sehat dan Aman di Lingkungan Sekolah.....	33
5.	Dampak Pemilihan Makanan Tidak Sehat .....	34
6.	Kemandirian Anak dalam Pengambilan Keputusan Pemilihan Makanan 34	
E.	Konsep Media Edukasi.....	35
F.	Intervensi Edukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Pemilihan Makanan Sehat .....	38
G.	Konsep Media Edukasi <i>Board game</i> .....	39
1.	Definisi <i>Board game</i> .....	39
2.	Permainan sebagai Media Pembelajaran Anak .....	40
3.	Karakteristik dan Jenis Permainan Edukatif ( <i>Board game</i> ).....	41
4.	Kelebihan dan Kekurangan Media <i>Board game</i> .....	41
5.	Komponen Permainan .....	43
6.	Cara Bermain .....	45
H.	Kerangka Teori .....	47
I.	Hipotesis Penelitian.....	48
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>		<b>49</b>
A.	Jenis dan Desain Penelitian .....	49
B.	Kerangka Konsep .....	50
C.	Populasi, Sampel dan Sampling .....	50
1.	Populasi.....	50
2.	Sampel.....	51
3.	Sampling .....	53
D.	Variabel Penelitian.....	54

E. Definisi Operasional.....	55
F. Tempat Penelitian .....	56
G. Waktu Penelitian.....	56
H. Instrumen Penelitian.....	57
1. Kuesioner Pengetahuan.....	57
2. Kuesioner Sikap .....	59
3. <i>Board game</i> .....	60
I. Prosedur Pengumpulan Data .....	61
J. Teknik Pengolahan Data.....	65
K. Analisis Data .....	65
L. Etika Penelitian .....	68
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>70</b>
A. Hasil penelitian.....	70
1. Analisis Univariat.....	70
2. Analisis Bivariat.....	75
B. Pembahasan .....	77
1. Interpretasi Dan Hasil Diskusi .....	78
2. Keterbatasan Penelitian .....	93
3. Implikasi untuk Keperawatan .....	93
<b>BAB 5 PENUTUP.....</b>	<b>95</b>
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	96
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>99</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Keaslian Penelitian .....	10
Tabel 3. 1	Desain Penelitian .....	49
Tabel 3. 2	Distribusi Sampel .....	54
Tabel 3. 3	Definisi Operasional .....	55
Tabel 3. 4	Indikator Kuesioner Pengetahuan .....	58
Tabel 3. 5	Indikator Kuesioner Sikap .....	59
Tabel 4. 1	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	71
Tabel 4. 2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Kelas dan Uang Saku Harian .....	71
Tabel 4. 3	Distribusi Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Sebelum Edukasi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol .....	72
Tabel 4. 4	Distribusi Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Setelah Edukasi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol .....	73
Tabel 4. 5	Distribusi Perbandingan Perubahan Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Setelah Diberikan Edukasi Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol .....	73
Tabel 4. 6	Uji Normalitas Data Pengetahuan dan Sikap .....	75
Tabel 4. 7	Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Pada Kelompok Intervensi .....	75
Tabel 4. 8	Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Pada Kelompok Kontrol .....	76
Tabel 4. 9	Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan dan Sikap Setelah Diberikan Edukasi Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol .....	77

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori .....	47
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Studi Pendahuluan .....	103
Lampiran 2	Surat Keterangan Penelitian .....	106
Lampiran 3	Form Informed Consent .....	107
Lampiran 4	Instrumen Kelayakan Media Board Game .....	108
Lampiran 5	Instrumen Kelayakan Materi.....	110
Lampiran 6	Kuesioner Pengetahuan dan Sikap .....	114
Lampiran 7	Hasil Uji Validitas Reabilitas .....	123
Lampiran 8	Satuan Acara Penyuluhan Kesehatan .....	125
Lampiran 9	Media Edukasi Board Game .....	129
Lampiran 10	Lembar Bimbingan.....	137
Lampiran 11	Daftar Hadir Responden.....	138
Lampiran 12	Informed Consent Responden .....	140
Lampiran 13	Kuesioner Siswa.....	141
Lampiran 14	Master Data .....	143
Lampiran 15	Tabel Pengumpulan Data .....	147
Lampiran 16	Data Hasil SPSS.....	148
Lampiran 17	Keterangan Layak Etik (KEPK).....	156
Lampiran 18	Dokumentasi Penelitian .....	157
Lampiran 19	Hasil Turnitin .....	158