



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA *E-BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI *JUNK*
FOOD PADA REMAJA TERKAIT RISIKO DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI SMAN 5 TASIKMALAYA**

MUHAMMAD RUSLAN

NIM. P2.06.20.5.22.020

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026





SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA *E-BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI *JUNK FOOD*
PADA REMAJA TERKAIT RISIKO DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
SMAN 5 TASIKMALAYA**

Untuk Memenuhi Persyaratan mencapai Derajat Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr.Kep) Pada Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**MUHAMMAD RUSLAN
NIM. P2.06.20.5.22.020**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA *E-BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA REMAJA TERKAIT RISIKO DIABETES MELITUS TIPE 2 DI SMAN 5 TASIKMALAYA

SKRIPSI

Oleh :
MUHAMMAD RUSLAN
NIM P2.06.2.05.22.020

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada ujian sidang hasil skripsi
Pada Tanggal 12 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes
NIP. 196907151992032002

(.....)

Anggota I,

Yanvan Bahtiar, S.Kep., M.Kep
NIP. 197702262005011002

(.....)

Anggota II,

Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 197105121992031002

(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Tasikmalaya
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 197908082002121004



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : MUHAMMAD RUSLAN

NIM : P2.06.20.5.22.020

Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh edukasi menggunakan media *e-booklet* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi *junk food* pada remaja terkait risiko diabetes melitus tipe 2 di SMAN 5 Tasikmalaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Tasikmalaya, 12 Juni 2026
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Ruslan
NIM.P2.06.20.5.22.020

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MUHAMMAD RUSLAN

NIM : P2.06.20.5.22.020

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh edukasi menggunakan media *e-booklet* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi *junk food* pada remaja terkait risiko diabetes melitus tipe 2 di SMAN 5 Tasikmalaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa saya mengizinkan/menyetujui skripsi yang saya susun dipublikasikan untuk kepentingan akademis, baik secara keseluruhan maupun sebagian dari skripsi ini.

Demikian pernyataan surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tasikmalaya, 12 Juni 2026
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Ruslan
NIM.P2.06.20.5.22.020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya. Sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan Skripsi berjudul “Pengaruh edukasi menggunakan media *e-booklet* terhadap pengetahuan, dan sikap konsumsi *junk food* pada remaja terkiat risiko diabetes melitus tipe 2 di SMAN 5 Tasikmalaya”.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Bimbingan dan arahan dari berbagai pihak sangat berarti dalam proses ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp., Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Yanyan Bahtiar, S. Kp, M.Kep, selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang

membangun selama penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

6. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ners, M.Kep selaku penguji yang telah memberikan masukan, saran, kritik, dan arahan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini sehingga dapat tersusun dengan lebih baik.
7. Seluruh staff dosen dan civitas akademika Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Teruntuk kedua orang tua tercinta, yang menjadi rumah pertama bagi setiap do'a, tempat pulang bagi setiap lelah, dan sumber kekuatan dalam setiap langkah perjuangan penulis. Terima kasih atas cinta yang tak pernah meminta balasan, pengorbanan yang tak pernah terucap, serta kerja keras yang dilakukan demi memberikan yang terbaik bagi penulis. Do'a senantiasa dipanjatkan, dukungan yang tak pernah putus, serta keyakinan yang selalu diberikan menjadi penuntun dalam setiap proses hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga segala kebaikan, kasih sayang, dan perjuangan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.
9. Kepada Kakak-Adik, yang senantiasa hadir dengan dukungan, do'a dan semangat dalam setiap proses perjalanan penulis. Terima kasih atas setiap perhatian dan motivasi yang diberikan, sehingga menjadi penguat bagi penulis dalam menghadapi berbagai tantangan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

10. Untuk diri penulis sendiri, terima kasih karena telah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena tidak pernah memilih menyerah, meskipun banyak proses kehidupan yang harus dilalui terasa melelahkan dan tidak mudah. Terima kasih karena selalu berusaha memberikan yang terbaik dalam setiap langkah, sekecil apa pun itu. Di setiap perjalanan pulang setelah bimbingan, di tengah lelahnya hari dan pikiran yang penuh, penulis sering berbicara kepada diri sendiri melalui pantulan wajah di layar ponsel yang mati, mengatakan bahwa “hari ini aku sudah bekerja keras”. Mungkin perjalanan ini tidak selalu mudah, tetapi setidaknya penulis berhasil melewatinya sedikit demi sedikit. Di tengah dunia yang terkadang terasa begitu sesak, selalu ada hal kecil yang mampu membuat penulis kembali tersenyum dan bertahan untuk melanjutkan langkah berikutnya. Terima kasih karena telah melewati proses pendewasaan yang penuh tekanan, kebingungan, dan berbagai kesalahan. Penulis sadar bahwa ini adalah kehidupan pertama yang dijalani, sehingga wajar apabila masih banyak kekurangan dan hal-hal yang belum sempurna. Namun dari semua itu, penulis terus belajar untuk menjadi pribadi yang lebih kuat dan lebih baik dari sebelumnya. Jangan lupa untuk tetap menguatkan diri ketika keadaan tidak berjalan sesuai harapan, tetap bersabar ketika langkah terasa berat, dan tetap percaya bahwa setiap usaha yang dilakukan tidak akan pernah sia-sia. Semoga setiap pengalaman yang telah dilalui menjadi pelajaran berharga, setiap luka menjadi penguat, dan setiap doa yang dipanjatkan

menemukan jalannya menuju kebaikan. Perjalanan ini mungkin belum berakhir, tetapi pencapaian hari ini adalah bukti bahwa penulis mampu melewati hal-hal yang dahulu pernah dianggap sulit. Untuk segala perjuangan yang telah dilakukan, sekali lagi, terima kasih.

11. Rekan – rekan mahasiswa, sahabat seperjuangan, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan semangat, bantuan, serta dukungan dalam berbagai bentuk selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menjadikan skripsi ini lebih baik dan bermanfaat bagi semua orang. Aamiinn

Tasikmalaya, 12 Juni 2026
Penulis



Muhammad Ruslan
NIM.P2.06.20.5.22.020

PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA E-BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA REMAJA TERKAIT RISIKO DIABETES MELITUS TIPE 2 DI SMAN 5 TASIKMALAYA

ABSTRAK

Muhammad Ruslan¹, Tetet Kartilah², Yanyan Bahtiar³

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar belakang penelitian ini adalah fenomena konsumsi *junk food* pada remaja semakin meningkat dan dapat meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus tipe 2. Kurangnya pengetahuan dan sikap remaja mengenai pola makan sehat menyebabkan perilaku konsumsi makanan tinggi gula, lemak, dan garam masih cukup tinggi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja adalah melalui edukasi kesehatan menggunakan media *e-booklet*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan menggunakan media *e-booklet* terhadap pengetahuan dan sikap remaja mengenai konsumsi *junk food* terkait risiko diabetes melitus tipe 2. Desain yang digunakan *quasi experimental* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group design*. Sampel penelitian masing-masing kelompok berjumlah 22 responden, yang ditentukan menggunakan teknik *probability sampling*. Instrumen pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner multiple choice dan pengukuran sikap menggunakan skala Likert. Analisis data bivariat menggunakan *uji Wilcoxon dan Mann-Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah diberikan edukasi menggunakan media *e-booklet* terdapat perbedaan median skor pengetahuan sebesar 15,00 poin antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dan perbedaan median skor sikap sebesar 3,00 poin antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap remaja antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi menggunakan media *e-booklet* ($p=0,000$). Sehingga media *e-booklet* dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai konsumsi *junk food* terkait risiko diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci: *E-booklet, Junk food, Pengetahuan, Sikap, Diabetes melitus tipe 2, Remaja*

THE EFFECT OF EDUCATION USING E-BOOKLETS OM TEENAGERS' KNOWLEDGE AND ATTITUDES TOWARD JUNK FOOD CONSUMPTION IN RELTION TO THE RISK OF TIPE 2 DIABETES AT SMAN 5 TASIKMALAYA

ABSTRACT

Muhammad Ruslan¹, Tetet Kartilah², Yanyan Bahtiar³

Aplied Nursing Undergraduate Study Program

Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic

The background of this study is the increasing trend of junk food consumption among adolescents, which can raise the risk of type 2 diabetes. Adolescents' lack of knowledge and positive attitudes toward healthy eating habits has led to persistently high consumption of foods high in sugar, fat, and salt. One approach to improving adolescents' knowledge and attitudes is through health education using e-booklets. This study aims to determine the effect of health education using e-booklets on adolescents' knowledge and attitudes regarding junk food consumption in relation to the risk of type 2 diabetes. A quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group approach was used. The study sample consisted of 22 respondents in each group, selected using probability sampling. Knowledge was measured using a multiple-choice questionnaire, and attitudes were measured using a Likert scale. Bivariate data analysis was performed using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests. The results showed that after receiving education via the e-booklet, there was a difference of 15.00 points in the median knowledge score between the intervention group and the control group, and a difference of 3.00 points in the median attitude score between the intervention group and the control group. The results of the Mann-Whitney test showed a significant difference in adolescents' knowledge and attitudes between the intervention group and the control group after receiving education via the e-booklet ($p=0.000$). Therefore, the e-booklet can be used as a tool to improve adolescents' knowledge and attitudes regarding junk food consumption and its association with the risk of type 2 diabetes.

Keywords: *E-booklet, Junk Food, Knowledge, Attitude, Type 2 Diabetes Mellitus, Adolescents*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Keaslian Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Konsep Remaja.....	14
B. Konsep Junk Food	19
C. Konsep Diabetes Melitus.....	29
D. Konsep Media Edukasi	36
E. Media Visual (<i>E-Booklet</i>).....	39
F. Konsep Pengetahuan.....	41
G. Konsep Sikap	46
H. Kerangka Teori	51
I. Hipotesis	52
BAB III METODE PENELITIAN	54
A. Desain Penelitian	54
B. Kerangka Konsep	55
C. Populasi, Sampel dan Sampling	55
D. Variabel Penelitian.....	59
E. Definisi Operasional	60
F. Tempat Penelitian	61
G. Waktu Penelitian.....	61
H. Instrumen Penelitian	61

I. Prosedur Pengumpulan Data	66
J. Teknik Pengolahan Data.....	70
K. Analisa Data	71
L. Etika Penelitian.....	72
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	75
A. Hasil.....	75
B. Pembahasan	80
C. Keterbatasan penelitian.....	94
D. Implikasi keperawatan.....	95
BAB V PENUTUP	97
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN.....	106

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2.1 Klasifikasi Diabetes Melitus	28
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	56
Tabel 3.2 Proporsional	61
Tabel 3.3 Desain Operasional	62
Tabel 3.3 Desain Operasional	62
Tabel 4.1 Gambaran skor pengetahuan konsumsi <i>junk food</i> pada remaja di SMAN 5 Tasikmalaya	75
Tabel 4.2 Gambaran skor sikap pada konsumsi <i>junk food</i> pada remaja di SMAN 5 Tasikmalaya	76
Tabel 4.3 Perbedaan rata - rata skor pengetahuan konsumsi <i>junk food</i> pada remaja sebelum dan sesudah diberi perlakuan	77
Tabel 4.4 Perbedaan rata - rata skor sikap konsumsi <i>junk food</i> pada remaja sebelum dan sesudah diberi perlakuan	78
Tabel 4.5 Perbedaan rata - rata skor pengetahuan dan sikap konsumsi <i>junk food</i> sesudah diberikan intervensi	78
Tabel 4.6 Perbedaan rata - rata skor sikap konsumsi <i>junk food</i> sesudah diberikan intervensi.....	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daftar kandungan gula dalam minuman kemasan	23
Gambar 2.2 Rumus menghitung IMT	27
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	57
Gambar 3.2 Rumus Menghitung Sampel	59
Gambar 3.3 Rumus Perhitungan Pengetahuan	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan sebelum persetujuan (PSP) Responden	107
Lampiran 2 Surat permohonan menjadi responden	109
Lampiran 3 Surat ijin penelitian.....	111
Lampiran 4 Kuesioner Pengetahuan	112
Lampiran 5 Kuisisioner Sikap	118
Lampiran 6 Media E-Booklet.....	120
Lampiran 7 Lembar Bimbingan Skripsi.....	123
Lampiran 8 Dokumentasi Studi Pendahuluan.....	126
Lampiran 9 Validitas dan Reabilitas Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap	127
Lampiran 10 Validitas Media dan Materi	129
Lampiran 11 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	130
Lampiran 12 Surat Persetujuan Etik/Ethical Clearance	132
Lampiran 13 Dokumentasi kegiatan penelitian.....	133
Lampiran 14 Hasil uji SPSS.....	135
Lampiran 15 Hasil uji similarity	141
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup.....	142