

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GENERASI Z
MENGENAI PENTINGNYA MAKANAN BERGIZI
SISWA SMK GARUDA NUSANTARA
KABUPATEN DEMAK**

SKRIPSI

Oleh

NABILA AMALIA SALSABILLA



**PROGRAM STUDI S-1 AGRIBISNIS
FAKULTAS PETERNAKAN DAN PERTANIAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2026**

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GENERASI Z
MENGENAI PENTINGNYA MAKANAN BERGIZI
SISWA SMK GARUDA NUSANTARA
KABUPATEN DEMAK

Oleh:

NABILA AMALIA SALSABILLA
NIM : 23020322140139

Salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Peternakan pada Program Studi S-1 Agribisnis
Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro

PROGRAM STUDI S-1 AGRIBISNIS
FAKULTAS PETERNAKAN DAN PERTANIAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : NABILA AMALIA SALSABILLA
N I M : 23020322140139
Program Studi : S-1 AGRIBISNIS

Dengan ini menyatakan sebagai berikut:

1. Skripsi yang berjudul: **Efektivitas Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Generasi Z Mengenai Pentingnya Makanan Bergizi Siswa SMK Garuda Nusantara Kabupaten Demak** dan penelitian yang terkait dengan skripsi ini merupakan karya penulis sendiri.
2. Setiap ide atau kutipan dari karya orang lain berupa publikasi atau bentuk lainnya dalam skripsi ini, telah diakui sesuai dengan standar prosedur disiplin ilmu.
3. Penulis juga mengakui bahwa skripsi ini dapat dihasilkan berkat bimbingan dan dukungan penuh dari Pembimbing yaitu: **Siwi Gayatri, S.Pt., M.Sc., Ph.D** dan **Ir. Joko Mariyono, M.P., Ph.D**

Apabila di kemudian hari dalam skripsi ini ditemukan hal-hal yang menunjukkan telah dilakukannya kecurangan akademik, maka penulis bersedia gelar sarjana yang telah penulis dapatkan ditarik sesuai dengan ketentuan dari Program Studi S-1 Agribisnis, Fakultas Peternakan dan Pertanian, Universitas Diponegoro.

Semarang, Juni 2026

Penulis



Nabila Amalia Salsabilla

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Pembimbing Anggota

Siwi Gayatri, S.Pt., M.Sc., Ph.D.

Ir. Joko Mariyono, M.P., Ph.D.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GENERASI Z MENGENAI PENTINGNYA MAKANAN BERGIZI SISWA SMK GARUDA NUSANTARA

Nama Mahasiswa : NABILA AMALIA SALSABILLA

Nomor Induk Mahasiswa : 23020322140139

Program Studi/Departemen : S-1 AGRIBISNIS

Fakultas : PETERNAKAN DAN PERTANIAN

Telah disidangkan di hadapan Tim Penguji dan dinyatakan lulus pada tanggal **30 JUN 2026**.

Pembimbing Utama



Siwi Gayatri, S.Pt., M.Sc., Ph.D.

Ketua Program Studi



Ir. Kustopo Budiraharjo, M.P.



Prof. Sugiharto, S.Pt., M.Sc., Ph.D.

Pembimbing Anggota



Ir. Joko Mariyono, M.P., Ph.D.

Ketua Panitia Ujian Akhir Program



Dr. Hery Setiyawan, S.Pt., M.Sc.

Ketua Departemen



Ahmad N. Al-Baarri, S.Pt., M.P., Ph.D.

RINGKASAN

NABILA AMALIA SALSABILLA. 23020322140139. 2026. Efektivitas Penggunaan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan Generasi Z Mengenai Pentingnya Makanan Bergizi Siswa SMK Garuda Nusantara Kabupaten Demak. (**SIWI GAYATRI** dan **JOKO MARIYONO**)

Generasi Z merupakan generasi yang tumbuh dalam era digital dengan akses tinggi terhadap media sosial dan konten digital. Paparan media *audio visual* dalam kehidupan sehari-hari dapat memengaruhi pola makan mereka, terutama dalam memilih makanan yang dikonsumsi. Saat ini, minat terhadap konsumsi makanan bergizi cenderung menurun, sedangkan konsumsi makanan cepat saji dan camilan tidak sehat semakin meningkat. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya media edukasi yang menarik dan sesuai dengan karakteristik Generasi Z. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa media *audio visual* mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi. Penelitian ini menggunakan metode *Pre Experiment Design* dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest Design*. Responden dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 12 SMK Garuda Nusantara sebanyak 75 responden.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari responden melalui kuesioner, sedangkan data sekunder diperoleh dari dokumentasi sekolah, jurnal, buku, dan sumber pendukung lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media *audio visual* dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi. Setelah diberikan perlakuan, siswa menunjukkan pemahaman yang lebih baik terhadap manfaat makanan bergizi dan dampak konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan. Media *audio visual* dinilai mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan kebiasaan belajar Generasi Z yang dekat dengan media digital. Berdasarkan hasil penelitian, sekolah disarankan untuk memanfaatkan media *audio visual* sebagai alternatif media pembelajaran, khususnya pada materi yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi. Siswa juga diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dengan lebih selektif dalam memilih makanan serta mengurangi konsumsi makanan cepat saji.

KATA PENGANTAR

Penulisan ini merupakan bentuk akhir dari perjuangan mencapai sarjana selama menjadi mahasiswa Program Studi S1 (PS S1) Agribisnis Universitas Diponegoro. Penulisan ini mencakup peningkatan pengetahuan makanan bergizi dikalangan Generasi Z yang akan menjadi penerus bangsa. Kurangnya kesadaran anak muda akan hal sehat, dengan adanya penulisan ini agar dapat membantu Generasi Z sadar akan hal makanan sehat.

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpah rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Efektivitas Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Generasi Z Mengenai Pentingnya Makanan Bergizi Siswa SMK Garuda Nusantara“. Skripsi ini disusun sebagai persyaratan yang harus dipenuhi penulis sebagai mahasiswa Program Studi Agribisnis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Siwi Gayatri, S.Pt., M.Sc., Ph.D selaku dosen pembimbing utama yang telah membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi dengan baik dan lancar.
2. Ir. Joko Mariyono, M.P., Ph.D selaku dosen pembimbing anggota dan selaku koordinator laboratorium penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat yang telah membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi dengan baik dan lancar.
3. Prof. Sugiharto, S.Pt., M.Sc., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Peternakan dan

Pertanian Universitas Diponegoro yang telah membantu dalam memberikan berbagai fasilitas, dukungan, serta kemudahan lainnya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lancar.

4. Ahmad Ni'matullah Al-Baari, S.Pt., M.P., Ph.D. selaku Ketua Departemen Pertanian Fakultas Peternakan dan Pertanian yang telah membantu memberikan kemudahan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Ir. Kustopo Budiraharjo, M.P selaku Ketua Program Studi Agribisnis yang telah mendukung dalam penyusunan usulan penelitian.
6. Prof. Dr. Ir. Titik Ekowati, M.Sc. selaku dosen wali yang telah memberikan masukan dan dukungan kepada penulis.
7. Seluruh Dosen dan Staf Administrasi Program Studi Agribisnis dan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro yang telah membantu penulis dalam proses belajar maupun pengurusan administrasi.
8. M. Munthohar, S.H., M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMK Garuda Nusantara Demak yang telah mengizinkan penelitian Skripsi di SMK Garuda Nusantara Demak.
9. Teristimewa kepada Ayahanda Ipda Sugiyo, S.H. dan Ibunda Yuliatin, S.E. yang telah memberikan semangat, doa, dan motivasi yang tidak terhingga kepada penulis. Tak lupa kepada adik-adik saya Naufal, Lingga dan Cahaya yang telah memberikan dukungan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi tepat waktu.
10. Yasmin Khairina Mumtaz terimakasih sudah menjadi teman seperjuangan selama proses pengerjaan skripsi ini dan terimakasih sudah menemani dan

membantu penulis selama proses penelitian berlangsung sampai selesai dengan baik.

11. M. Rifki Firdaus, S.P., M.P. selaku kakak angkat penulis, terima kasih telah sabar menemani, memberikan dukungan, arahan dan membimbing penulis dari awal pengerjaan PKL hingga skripsi ini selesai.
12. Teman-teman seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu-persatu khususnya yang selalu kebersamai dalam proses skripsi ini, saling menguatkan, dan berbagi tawa serta air mata. Terimakasih untuk cerita, pelukan hangat, dan semangat yang tak pernah padam.
13. Kepada diri sendiri, Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, untuk setiap air mata menjadi doa, setiap begadang yang jadi usaha, setiap revisi yang jadi pelajaran Skripsi ini mungkin tidak sempurna, tetapi proses ini menjadi pengalaman yang penuh makna dan pembelajaran pribadi yang mendalam. Dan skripsi ini bukti perjuangan nyata dan patut dibanggakan.

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam penyusunan tugas akhir ini. Maka dari itu, diperlukan adanya kritik dan saran untuk membangun dalam memperbaiki tugas akhir ini. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat dan berguna khususnya bagi penulis dan bagi semua yang membaca pada umumnya.

Semarang, Juni 2026

Nabila Amalia Salsabilla

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR ILUSTRASI	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan dan Manfaat Penelitian	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Media Audio Visual	4
2.2 Efektivitas	6
2.3 Makanan Bergizi	8
2.4 Hubungan Media Audio Visual dengan Pengetahuan Makanan Bergizi	10
2.5 Makanan Cepat Saji	12
2.6 Gen Z	14
2.7 Penelitian Terdahulu	16
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	19
3.1 Kerangka Pemikiran Penelitian	19
3.2 Hipotesis Penelitian	21
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	21
3.4 Metode Penelitian	21
3.5 Analisis Data	25
3.6 Batasan Konsep dan Pengukuran Variabel	29
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Keadaan Umum Lokasi Penelitian	31

4.2 Karakteristik Responden	32
4.3 Uji Instrumen	40
4.4 Pembahasan.....	48
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Simpulan	51
5.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	57
RIWAYAT HIDUP.....	86

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Penelitian Terdahulu.....	17
2. Efektivitas.....	29
3. Karakteristik Responden.....	33
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jurusan	34
6. Deskripsi Hasil Pretest dan <i>Post test</i>	40
7. Hasil Uji Validitas	42
8. Hasil Uji Reliabilitas	43
9. Hasil Uji Normalitas.....	44
10. Hasil Uji Homogenitas	45
11. Hasil Uji <i>Repeated Measures</i> ANOVA.....	46
12. Hasil <i>Pairwise Comparison</i>	47
13. Hasil Uji Efektivitas <i>N-Gain Score</i>	48

DAFTAR ILUSTRASI

Nomor	Halaman
1. Kerangka Pemikiran	19
2. Rencana Setelah Lulus SMK.....	35
3. Ketertarikan Siswa pada Bidang Pertanian	37
4. Dukungan Orang Tua	38
5. Pemahaman Umum Responden.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
1. Data Kuisioner Karakteristik.....	57
2. Kuisioner Penelitian	58
3. Script Video Animasi	62
4. Materi Pembelajaran.....	66
5. Data hasil Pretest dan Posttest	68
6. Data Soal Instrumen Pilihan Berganda.....	71
7. Hasil Uji Kelayakan instrumen.....	73
8. Lingkungan Sekolah SMK Garuda Nusantara	81
9. Dokumentasi Pelaksanaan Pretest dan Posttest	83