

SKRIPSI

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN
MENGUNAKAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI PADA IBU NIFAS
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN
SURYANI MEDAN JOHOR
TAHUN 2024**



MULIA RAHMA
NIM : P07524423132

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MENGUNAKAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN GIZI PADA IBU NIFAS DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SURYANI MEDAN JOHOR TAHUN 2024

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan



MULIA RAHMA
NIM : P07524423132

Pembimbing :

Pembimbing I : Evi Desfauza, SST, M.Kes
Pembimbing II : dr. Lestari Rahmah, MKT

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Mulia Rahma

NIM : P07534423132

Tanggal :

Yang Menyatakan,

(Mulia Rahma)

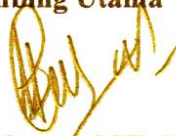
LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : MULIA RAHMA
NIM : P07524423132
**JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN
MENGUNAKAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI PADA IBU NIFAS DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN SURYANI MEDAN
JOHOR TAHUN 2024**

**SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN PADA
UJIAN SIDANG SKRIPSI
TANGGAL 22 JUNI 2024**

MENYETUJUI

Pembimbing Utama



(Evi Desfauza, SST, M.Kes)
NIP. 195912261983022001

Pembimbing Pendamping



(dr. Lestari Rahmah, MKT)
NIP. 197106222002122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Kemerkes Politeknik Kesehatan Medan



(Arihta Br Sembiring, SST, M. Kes)
NIP. 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : MULIA RAHMA
NIM : P07524423132
JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN
MENGUNAKAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI PADA IBU NIFAS DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN SURYANI MEDAN
JOHOR TAHUN 2024

Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai
Bagian Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Terapan Kebidanan Pada Program Studi Sarjana Terapan
Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI
Medan Pada Tanggal : 22 Juni 2024

DEWAN PENGUJI

- | | |
|--|--|
| 1. Evi Desfauza, SST, M.Kes
NIP. 195912261983022001 | () |
| 2. dr. Lestari Rahmah, MKT
NIP. 197106222002122003 | () |
| 3. Dodoh Khodijah, SST, MPH
NIP.197704062002122003 | () |

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Kemenkes Politeknik Kesehatan Medan



(Arihta Br Sembiring, SST, M. Kes)
NIP.197002131998032001

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN
MENGUNAKAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI PADA IBU NIFAS
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN
SURYANI MEDAN JOHOR
TAHUN 2024**

Mulia Rahma

Kemenkes Poltekkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email : muliarahma0102@gmail.com

ABSTRAK

Masa nifas membutuhkan pola makan yang sangat berkualitas dengan kalori, protein dan vitamin yang cukup. Pada masa nifas kebutuhan nutrisi meningkat sebanyak 25%, faktor nutrisi tersebut dibutuhkan untuk proses pemulihan dan produksi ASI. Pengetahuan ibu tentang gizi adalah faktor yang mempengaruhi peningkatan status gizi dan menentukan perilaku ibu dalam menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan gizi pada masa nifas di Praktik Mandiri Bidan Suryani Medan Johor tahun 2024. Metode dalam penelitian ini adalah Kuantitatif, menggunakan rancangan *Quasi Eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*, instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan 20 pertanyaan, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *total sampling* yaitu sebanyak 30 ibu nifas. Analisis data menggunakan *paired sample T-test*. Hasil penelitian rata-rata pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* di Praktik Mandiri Bidan Suryani Medan Johor adalah 53.3 dan setelah diberikan adalah 79.6 peningkatan pengetahuan pada ibu nifas sebesar 26.3 dengan *p value* = 0,001 adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan gizi pada ibu nifas. Maka petugas kesehatan hendaknya melakukan penyuluhan dengan menggunakan media, baik media cetak, *audio*, *visual* maupun *audio visual*.

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi masa nifas, *booklet*

**THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION USING BOOKLET
MEDIA ON NUTRITIONAL KNOWLEDGE IN POSTPARTUM WOMEN
IN THE INDEPENDENT MIDWIFERY PRACTICE OF SURYANI
MEDAN JOHOR IN 2024**

Mulia Rahma

Medan Health Polytechnic of Ministry of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery
Email : muliarahma0102@gmail.com

ABSTRACT

The postpartum period requires a very high-quality diet with sufficient calories, protein, and vitamins. During the postpartum period, nutritional needs increase by 25%, these nutritional factors influence the recovery process and breast milk production. Maternal knowledge about nutrition is a factor that influences improving nutritional status and determines maternal behavior in providing food with the right type and amount. This research aims to find out whether there is an influence of booklet media on nutritional knowledge during the postpartum period in the independent midwifery practice of Suryani, Medan Johor in 2024. The method in this research was quantitative, using a quasi-experiment with a one-group pretest-posttest design, the instrument in this research was a questionnaire with 20 questions, and the sampling technique in this study was to use a total sampling of 30 postpartum mothers. Data analysis in this study used paired sample T-tests. The results of this study showed that the average increase in knowledge of postpartum mothers before being given health education using booklet media in the independent midwifery practice of suryani medan johor by 53.3 and after being given health education using booklet media increased by 79.6 increase in knowledge by 26.3 this is proven by p-value 0.001 the influence of health education using booklet media on nutritional knowledge in postpartum mothers. Therefore, health workers should conduct counseling using media, both print, audio, visual and audio visual media.

Keywords: Knowledge, Postpartum Nutrition, Booklet



KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas berkat dan Rahmat-Nyalah yang selalu dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Adapun judul skripsi ini adalah “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Ibu Nifas Di Praktik Mandiri Bidan Suryani Medan Johor tahun 2024”, sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan, Kemenkes Politeknik Kesehatan RI Medan. Penulis menyadari penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara moral maupun materiil. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur Kemenkes Poltekkes RI Medan.
2. Arihta Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Kemenkes Poltekkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kemenkes Poltekkes RI Medan.
4. Evi Desfauza, SST, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan saran dan arahan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. dr. Lestari Rahmah, MKT selaku pembimbing pendamping dan sebagai penguji kedua yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan saran dan arahan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Dodoh Khodijah, SST, MPH selaku penguji pertama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan untuk menguji skripsi dan bersedia memberikan saran dan arahan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Teristimewa kepada Ayah dan Umak yaitu bapak Mukri dan ibu Minda yang sangat penulis cintai yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, serta atas dukungan moral dan material yang mungkin tidak bisa penulis balas dengan apapun itu.
8. Kepada saudara dan saudari penulis, Abang Meidian Ilham, Kakak Mutia Rinanda, serta Adik Mutipa Ramadani dan Munisa Putri yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada kedua sahabat penulis Dinul Hafizah dan Naila Izzati yang selalu memberikan dukungan dan waktu untuk mendengarkan keluhan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada teman-teman seperjuangan penulis selama kuliah karna atas dukungan mereka penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada pimpinan dan bidan di Praktik Mandiri Bidan Suryani Medan johor, yang telah membantu dan memfasilitasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Seluruh responden yang sudah meluangkan waktu dan kerja sama yang baik untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan dan masyarakat .

Medan, 22 Juni 2024

Mulia Rahma

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
C.1 Tujuan Umum	4
C.2 Tujuan Khusus	4
E. Manfaat Penelitian	5
E.1 Manfaat Teoritis	5
E.2 Manfaat Praktis.....	5
D. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Gizi Pada Masa Nifas	7
A.1 Pengertian Gizi.....	7
A.2 Kebutuhan Gizi Ibu Nifas	7
A.3 Jenis-jenis ASI dan Kandungannya	16
A.4 Ukuran Rumah Tangga dan Kecukupan Gizi Pada Ibu Nifas.....	19
A.5 Makanan Yang Perlu Dihindari Ibu Nifas	21
A.6 Masalah Gizi Pada Ibu Nifas.....	21
B. Media <i>Booklet</i>	22
B.1 Pengertian Media <i>Booklet</i>	22
B.2 Keunggulan Media <i>Booklet</i>	22
B.3 Kelemahan Media <i>Booklet</i>	23
B.4 Manfaat <i>Booklet</i>	23

C. Pengetahuan	24
C.1 Pengertian Pengetahuan.....	24
C.2 Tingkat Pengetahuan	24
C.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	25
D. Penelitian Yang Berhubungan	27
E. Kerangka Teori	28
F. Kerangka Konsep	28
G. Hipotesis	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
A. Jenis dan Desain Penelitian	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
B.1 Lokasi Penelitian	30
B.2 Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
C.1 Populasi.....	30
C.2 Sampel.....	31
D. Variabel Penelitian.....	31
E. Definisi Operasional	31
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	32
F.1 Jenis Data.....	32
F.2 Cara Pengumpulan Data	32
G. Alat Ukur/Instrument Penelitian	33
H. Uji Validitas dan Realibilitas	33
H.1 Uji Validitas	33
H.2 Uji Realibilitas	33
I. Prosedur Penelitian	34
J. Pengolahan dan Analisa Data	34
J.1 Pengolahan Data.....	34
J.2 Analisa Data	35
K. Etika Penelitian	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil Penelitian.....	37
A.1 Analisis Univariat	37
A.2 Analisis Bivariat.....	38

B. Pembahasan	40
B.1 Analisis Univariat.....	40
B.2 Analisis Bivariat.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Ukuran Rumah Tangga Sumber Karbohidrat	18
Tabel 2.2 Ukuran Rumah Tangga Sumber Protein	19
Tabel 2.3 Ukuran Rumah Tangga Sayuran.....	19
Tabel 2.4 Ukuran Rumah Tangga Buah.....	20
Tabel 2.5 Angka Kecukupan Gizi Ibu Menyusui.....	20
Tabel 3.1 Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner	33
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	37
Tabel 4.2 Rata-rata pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah	38
Tabel 4.3 Rata-rata perbedaan pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah.....	39

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat izin survei penelitian	49
Lampiran 2 Surat izin penelitian	50
Lampiran 3 Surat balasan izin survei penelitian	51
Lampiran 4 Surat balasan izin penelitian	52
Lampiran 5 Surat <i>ethical clearance</i>	53
Lampiran 6 Pernyataan persetujuan publikasi	54
Lampiran 7 Kartu bimbingan	55
Lampiran 8 Lembar persetujuan responden	60
Lampiran 9 Kuesioner pengetahuan gizi.....	61
Lampiran 10 Master tabel penelitian.....	64
Lampiran 11 Pengolahan data SPSS	66
Lampiran 12 Uji validitas dan reliabilitas instrumen	67
Lampiran 13 <i>Booklet</i>	68
Lampiran 14 Dokumentasi	70
Lampiran 15 Waktu penelitian.....	71
Lampiran 16 Data riwayat hidup.....	72
Lampiran 17 <i>Turnitin</i>	73