

**PENGARUH INTERVENSI PENDIDIKAN GIZI TENTANG BEKAL
MAKANAN ANAK PRASEKOLAH TERHADAP PENGETAHUAN
DAN KETERAMPILAN IBU DALAM MENGOLAH BEKAL
MAKANAN ANAK PRASEKOLAH
TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN**

SKRIPSI



**YULIA ZHAFIRA
P01031219160**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**PENGARUH INTERVENSI PENDIDIKAN GIZI TENTANG BEKAL
MAKANAN ANAK PRASEKOLAH TERHADAP PENGETAHUAN
DAN KETERAMPILAN IBU DALAM MENGOLAH BEKAL
MAKANAN ANAK PRASEKOLAH
TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN**

Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**YULIA ZHAFIRA
P01031219160**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul

: Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi Tentang
Bekal Makanan Anak Prasekolah Terhadap
Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Dalam
Mengolah Bekal Makanan Anak Prasekolah
TK Az-Zikri Perbaungan

Nama Mahasiswa

: Yulia Zhafira

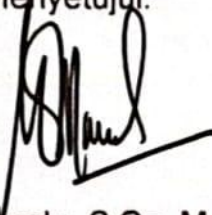
Nomor Induk Mahasiswa

: P01031219160

Program Studi

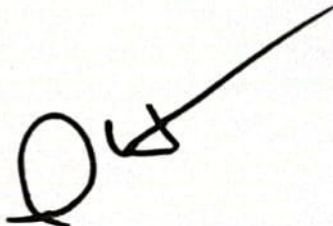
: Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui:



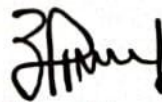
Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes

Pembimbing Utama / Ketua Penguji



Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

Anggota Penguji I



Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes

Anggota Penguji II

Mengetahui:

Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus: 20 Juni 2023

ABSTRAK

YULIA ZHAFIRA “**PENGARUH INTERVENSI PENDIDIKAN GIZI TENTANG BEKAL MAKANAN ANAK PRASEKOLAH TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU DALAM MENGOLAH BEKAL MAKANAN ANAK PRASEKOLAH TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN**” (DIBAWAH BIMBINGAN MINCU MANALU)

Intervensi pendidikan gizi merupakan pemberian informasi gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan di bidang gizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, karena peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Membawa bekal makanan dari rumah merupakan kebiasaan baik yang sederhana dapat dilakukan oleh anak-anak. Bekal makanan yang monoton menyebabkan anak akan bosan untuk memakannya karena tidak menarik. Oleh sebab itu maka perlu dilakukan pelatihan pengolahan bekal makanan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan agar anak prasekolah memiliki keinginan untuk membawa bekal makanan dari rumah.

Tujuan penelitian mengetahui pengaruh intervensi gizi tentang bekal makanan anak prasekolah terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

Penelitian ini dilakukan di TK Az-Zikri Perbaungan pada bulan Februari 2023 selama 14 hari. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan desain penelitian menggunakan *pre test and post test*. Sampel penelitian berjumlah 36 orang.

Hasil penelitian diperoleh $p=0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap pengetahuan ibu anak prasekolah. Dan ada pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap keterampilan ibu anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan. Dengan nilai $p=0,000 < 0,05$.

Kata kunci: Intervensi Pendidikan Gizi, Bekal Makanan, Pengetahuan, Keterampilan

ABSTRACT

YULIA ZHAFIRA "THE EFFECT OF NUTRITIONAL EDUCATION INTERVENTION CONCERNING PRESCHOOL CHILDREN'S FOOD SUPPLY ON MOTHER'S KNOWLEDGE AND SKILLS IN PROCESSING PRESCHOOL CHILDREN'S FOOD IN AZ-ZIKRI KINDERGARTEN OF PERBAUNGAN"
(CONSULTANT: MINCU MANALU)

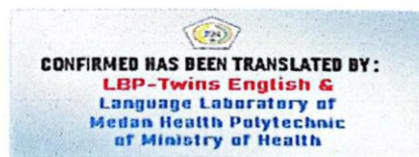
Nutrition education intervention is the provision of nutritional information that can increase knowledge in the field of nutrition. One factor that influences a person's nutrition is a lack of knowledge about nutrition. Mother's knowledge about balanced nutrition is very important, because the mother's role in the family is as a food manager. Bringing food from home is a simple good habit that children can do. Monotonous food provisions cause children to get bored of eating them because they are not interesting. Therefore, it is necessary to carry out training in processing food supplies to increase mothers' knowledge and skills in processing food supplies so that preschool children have the desire to bring food supplies from home.

The aim of the research was to determine the effect of nutritional intervention regarding preschool children's food supplies on mothers' knowledge and skills in processing food supplies for preschool children at Az-Zikri Kindergarten of Perbaungan.

This research was conducted at Az-Zikri Kindergarten in February 2023 for 14 days. This type of research was Quasi Experimental with a research design using pre test and post test. The research sample consisted of 36 people.

The research results obtained $p = 0.000 < 0.05$ indicating that there was an influence of nutritional education intervention on the knowledge of mothers of preschool children. And there is an influence of nutritional education intervention on the skills of mothers of preschool children at Az-Zikri Kindergarten of Perbaungan with a p value = $0.000 < 0.05$.

Keywords: Nutrition Education Intervention, Food Provisions, Knowledge, Skills



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi Tentang Bekal Makanan Anak Prasekolah Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Dalam Mengolah Bekal Makanan Anak Prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan”**.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan skripsi.
3. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
4. Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes selaku Dosen Penguji II saya yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi.
5. Syaiful Anwardi dan Azizah selaku kedua orang tua serta kakak dan adik saya Putri Azima, Fathur Rahman Adha dan Aida Az-Zahra yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang, nasehat dalam setiap langkah hidup penulis.
6. Dwi Puspita Ayu, Atika Salma Rahmadani dan Tasya Bellinda serta teman seperjuangan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak didapatkan kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik guna mendukung perbaikan dan penyempurnaan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Intervensi Pendidikan Gizi	7
B. Pengetahuan	10
C. Keterampilan	12
D. Bekal	12
E. Anak Prasekolah	16
F. Kerangka Teori.....	18
G. Kerangka Konsep	19
H. Definisi Operasional	20
I. Hipotesis Penelitian	23
BAB III	24
METODE PENELITIAN	24

A.	Lokasi dan Waktu Penelitian	24
B.	Jenis dan Rancangan Penelitian	24
C.	Populasi dan Sampel.....	24
D.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	25
E.	Pengolahan dan Analisis Data	27
F.	Contoh Bekal Menu	27
BAB IV		32
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		32
A.	Hasil	32
B.	Pembahasan	38
BAB V		43
PENUTUP		43
A.	Kesimpulan.....	43
B.	Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA		44
LAMPIRAN		46

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi (2019) Yang Dianjurkan	17
Tabel 2 Definisi Operasional	20
Tabel 3 Nilai Gizi Bento Elmo	28
Tabel 4 Nilai Gizi 1 Porsi Bento Elmo	28
Tabel 5 Nilai Gizi Flower Bento	29
Tabel 6 Nilai Gizi 1 Porsi Flower Bento	29
Tabel 7 Nilai Gizi Panda Bento Box	30
Tabel 8 Nilai Gizi 1 Porsi Panda Bento Box	31
Tabel 9 Kriteria Responden Berdasarkan Usia	32
Tabel 10 Kriteria Responden Berdasarkan Pendidikan	33
Tabel 11 Kriteria Responden Berdasarkan Pekerjaan	33
Tabel 12 Analisis Bivariat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan	34
Tabel 13 Distribusi Frekuensi Jenis Bahan Makanan	35
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Cara Penyajian	35
Tabel 15 Distribusi Kandungan Zat Gizi	35
Tabel 16 Distribusi Cara Pengolahan	36
Tabel 17 Distribusi Frekuensi Jenis Bahan Makanan	36
Tabel 18 Distribusi Frekuensi Cara Penyajian	36
Tabel 19 Distribusi Kandungan Zat Gizi	37
Tabel 20 Distribusi Cara Pengolahan	37
Tabel 21 Analisis Bivariat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
Gambar.1 Isi Piringku	13
Gambar.2 Kerangka Teori	18
Gambar.3 Kerangka Konsep	19
Gambar.4 Bentuk Rancangan <i>One Group Pre-Post Test</i>	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
Lampiran 1. Lembar Bukti bimbingan	46
Lampiran 2. Lembar Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden	48
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian	49
Lampiran 4. Modul Pembelajaran	53
Lampiran 5. Master Tabel	58
Lampiran 6. Hasil Ourput SPSS.....	61
Lampiran 7. Dokumentasi	65
Lampiran 8. Surat Izin Survey Pendahuluan	67
Lampiran 9. <i>Ethical Clearance</i>	68
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 11. Surat Balasan Izin Penelitian	70
Lampiran 12. Surat Pernyataan	71
Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup	72