

SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA *BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU
BALITA GIZI KURANG USIA 24-59 BULAN DI DESA
SERDANG KECAMATAN BERINGIN**



ESRA APRYLIA SARAGIH

P01031222076

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA *BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU
BALITA GIZI KURANG USIA 24-59 BULAN DI DESA
SERDANG KECAMATAN BERINGIN**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



ESRA APRYLIA SARAGIH

P01031222076

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA *BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU
BALITA GIZI KURANG USIA 24-59 BULAN DI DESA
SERDANG KECAMATAN BERINGIN**

Diusulkan oleh :

ESRA APRYLIA SARAGIH

P01031222076

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada Tanggal 17 Agustus 2026

Pembimbing Utama,



Tiar Linca Bakara, SP, M.Si

NIP. 196701291987032002

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Dornana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 196610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA *BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU
BALITA GIZI KURANG USIA 24-59 BULAN DI DESA
SERDANG KECAMATAN BERINGIN**

Telah dipersiapkan dan diusulkan oleh

ESRA APRYLIA SARAGIH

P01031222076

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 31 Januari 2026

Tim penguji

1. Ketua : Tiar Lince Bakara, SP, M.Si
2. Anggota 1 : Berlin Sitanggang, SST, M.Kes
3. Anggota 2 : Herly Nainggolan, S.KM, M.KM

Tanda tangan



Lubuk Pakam, 4 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

BIODATA PENULIS



Nama : Esra Aprylia Saragih
Tempat/ Tgl Lahir : Aek Nabara, 25 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Aek Nabara, JL. AMPERA NO.48
No Hp :081264089757

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : Metodist II Aek Nabara
2. SMP : SMP Swasta Tunas Harapan Mandiri
3. SMA : SMA Negeri 1 Bila Hulu

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Esra Apyrlyia Saragih
NIM : P01031222076
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi dan Dietetika
Penguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh Penyuluhan Tentang Pemberian Makanan Tambahan Gizi Seimbang
Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu
Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan Di Desa Serdang
Kecamatan Beringin

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 4 September 2026

Penulis,



ESRA APYRLIA SARAGIH

P01031222076

ABSTRAK
PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA BOOKLET
TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN
IBU BALITA GIZI KURANG USIA 24–59 BULAN DI
DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN

Esra Aprylia Saragih, Tiar Lince Bakara, SP, M.Si
Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan
Email : esrasaragih254@gmail.com

Latar belakang, tujuan penelitian. Gizi kurang pada balita menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan balita. Faktor yang memengaruhi status gizi balita adalah rendahnya pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu dalam pemberian makanan tambahan (PMT) gizi seimbang. Perlu dilakukan penyuluhan tentang gizi menggunakan media booklet merupakan upaya untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait pemberian PMT yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu balita gizi kurang usia 24–59 bulan di Desa Serdang, Kecamatan Beringin.

Metode Penelitian. Menggunakan desain quasi experiment dengan rancangan one group pretest-posttest design yang dilaksanakan pada Agustus 2025. Sampel sejumlah 20 ibu yang memiliki balita gizi kurang dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner pretest dan posttest mengenai pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik pada tingkat kepercayaan 95%.

Hasil. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan ibu dari $52,50 \pm 4,443$ menjadi $63,75 \pm 4,552$ ($p=0,011$), sikap dari $85,00 \pm 16,384$ menjadi $93,50 \pm 10,400$ ($p=0,000$), dan tindakan dari $85,50 \pm 12,344$ menjadi $96,50 \pm 8,127$ ($p=0,009$). Seluruh nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media booklet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu.

Kesimpulan. Penyuluhan tentang PMT gizi seimbang dengan media booklet efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu balita gizi kurang. Media booklet disarankan untuk penyuluhan gizi dalam upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi kurang pada balita.

Kata kunci: gizi kurang, penyuluhan, pengetahuan, sikap, tindakan

ABSTRACT

THE EFFECT OF NUTRITIONAL COUNSELING ON BALANCED SUPPLEMENTARY FEEDING USING BOOKLETS ON THE KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND PRACTICES OF MOTHERS WITH UNDER-FIVE UNDERWEIGHT CHILDREN AGED 24–59 MONTHS IN SERDANG VILLAGE BERINGIN DISTRICT

Esra Aprylia Saragih, Supervised by Tiar Lince Bakara, SP, M.Si
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: esrasaragih254@gmail.com

Underweight status among children under five remains a critical public health concern that can severely hinder childhood growth and development. Key contributing factors to this nutritional issue include suboptimal maternal knowledge, attitudes, and practices regarding balanced supplementary feeding (PMT). Implementing nutritional counseling through booklets serves as a strategic intervention to enhance maternal understanding of proper supplementary feeding.

This study aimed to determine the effect of nutritional counseling using a booklet on balanced supplementary feeding on the knowledge, attitudes, and practices of mothers of children aged 24–59 months with underweight in Serdang Village, Beringin District.

This quantitative study employed a quasi-experimental one-group pretest–posttest design, conducted in August 2025. A purposive sample of 20 mothers of underweight children was selected. Data on maternal knowledge, attitudes, and practices were collected via pretest and posttest questionnaires and subsequently analyzed using statistical tests at the 95% confidence level.

The findings revealed a significant increase in the mean maternal knowledge score from 52.50 ± 4.443 to 63.75 ± 4.552 ($p = 0.011$). Favorable maternal attitudes also increased from 85.00 ± 16.384 to 93.50 ± 10.400 ($p = 0.000$), alongside improvements in practices from 85.50 ± 12.344 to 96.50 ± 8.127 ($p = 0.009$). All parameters yielded p -values < 0.05 , demonstrating that counseling using booklets had a statistically significant effect on maternal knowledge, attitudes, and practices.

Nutritional counseling on balanced supplementary feeding, delivered through a booklet, is highly effective in improving the knowledge, attitudes, and practices of mothers of children under five with underweight. Therefore, the utilization of booklets is strongly recommended for nutritional counseling programs aimed at preventing and managing underweight issues in children.

Keywords: underweight, counseling, knowledge, attitude, practice.



11 AUG 2026

12

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penyuluhan Tentang Pemberian Makanan Tambahan Gizi Seimbang Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan Di Desa Serdang Kecamatan Beringin” dapat diselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Tiar Lince Bakara, SP, M.Si selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Keb, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kesselaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Mincu Manalu, S.Gz, M.kes selaku Pembimbing Akademik.
5. Ibu Berlin Sitanggang, SST, M.Kes atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
6. Ibu Herly Nainggolan, S.KM, M.KM, atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
7. Kepala Desa bapak Henri P. Habeahan dan Perangkat desa yang memberi izin penelitian
8. Ibu-Ibu balita usia 24-59 bulan yang dijadikan sebagai sampel penelitian
9. Orang tua tercinta, Bapak Restand Tahan Saragih dan Ibu Naomi Rebecca Naibaho beserta kakak saya Dina Valentina Saragih dan adik-adik saya tersayang Icha Saragih, Putri Elia Saragih, Hilman Graceto Saragih dan Geraldo Saragih yang telah memberi semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.

Terimakasih telah mengajarkan saya bahwa cinta dan dukungan dalam keluarga ini sangat besar. Skripsi ini mungkin hanya sebuah karya, tetapi didalamnya terdapat usaha, doa dan pengorbanan yang telah didedikasikan pada setiap perjalanan penulis.

10. Teman seperjuangan dan seperbimbingan, Nur ainun, Aniswa Nailah, dan Roma Uli Nadeak. Trimakasih atas segala doa, perhatian, kebersamaan susah-senang nya yang tanpa kita sadari menjadi langkah sebagai kekuatan kita dalam menyelesaikan skripsi ini
11. Sahabat kost, Nova, Winda, Anastasya yang menjadi penasihat, trimakasih atas perhatian doa dan dukungan nya dengan semangat penuh dapat kita menyelesaikan skripsi kita ini.
12. Terakhir, kepada diri sendiri, terimakasih sudah bertahan sejauh ini sehingga dapat melangkah penuh. Terimakasih karena pantang menyerah meskipun begitu banyak hari melahkan. Semoga skripsi ini menjadi pencapaian yang selalu di ingat dalam setiap proses dan semoga langkah selanjutnya membawa lebih banyak berkat dan kesempatan untuk tumbuh dan mengembangkan diri sendiri

Esra Aprylia Saragih

DARTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
BIODATA PENULIS.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DARTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
E. Manfaat Penelitian	4
F. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Penyuluhan	6
1. Pengertian Penyuluhan.....	6
2. Tujuan Penyuluhan.....	6
3. Syarat-Syarat Penyuluhan	7
4. Langkah-Langkah Penyuluhan.....	7
5. Media Penyuluhan.....	7
6. Jenis-Jenis Media Penyuluhan	8
7. Media Yang Sering Digunakan Dalam Penyuluhan	8

B. Media <i>Booklet</i>	8
1. Pengertian Media <i>Booklet</i>	8
2. Manfaat Media <i>Booklet</i>	9
3. Ciri-Ciri Media <i>Booklet</i>	9
4. Kelebihan dan Kekurangan Media <i>Booklet</i>	9
C. Balita.....	10
1. Pengertian Balita	10
2. Golongan Usia Balita	10
3. Status Gizi Balita.....	11
D. Gizi Kurang	12
1. Pengertian Gizi Kurang	12
2. Faktor Penyebab Gizi Kurang	13
3. Dampak Gizi Kurang	13
E. Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	14
1. Pengertian PMT.....	14
2. Manfaat Pemberian PMT	14
3. Sasaran Pemberian PMT	15
4. Jenis dan Frekuensi Makanan Tambahan.....	15
F. Gizi Seimbang Pada Balita	16
1. Pengertian Gizi Seimbang Pada Balita.....	16
2. Pedoman Gizi Seimbang Pada Balita.....	17
3. Empat Pilar Gizi Seimbang	18
G. Pengetahuan.....	19
1. Pengertian Pengetahuan	19
2. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	19
H. Sikap	20
I. Tindakan	20
1. Pengertian Tindakan.....	20

2. Faktor yang mempengaruhi Tindakan.....	20
J. Kerangka Teori	22
K. Kerangka Konsep.....	23
L. Definisi Operasional	24
M. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	26
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel.....	26
1. Populasi	26
2. Sampel	27
D. Teknik dan Instrument Pengumpulan Data	27
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	28
F. Pengolahan dan Analisis Data	29
F. Etika Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian.....	33
1. Gambaran Desa Serdang Kecamatan Beringin	33
2. Karakteristik Sampel	33
3. Pengetahuan Ibu yang Memiliki Anak Gizi Kurang Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dengan Media <i>Booklet</i>	35
4. Sikap Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Diberi Penyuluhan Dengan Media <i>Booklet</i>	37
5. Tindakan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media <i>Booklet</i>	39
6. Pengaruh Penyuluhan dengan Media <i>Booklet</i> Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan	41
B. Pembahasan	41
a. Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan dengan Media <i>Booklet</i>	41

b. Sikap Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan dengan Media Booklet	42
c. Tindakan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Booklet	43
d. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA.....	47

DAFTAR TABEL

No	Halaman
Tabel 1 Definisi Operasional	24
Tabel 2. Karakteristik Umur Ibu di Desa Serdang Kecamatan Beringin Tahun 2025	33
Tabel 3. Karakteristik Pekerjaan Ibul di Desa Serdang Kecamatan Beringin Tahun 2025.....	34
Tabel 4. Karakteristik Pendidikan Ibu di Desa Serdang Kecamatan Beringin Tahun 2025.....	34
Tabel 5. Karakteristik Penghasilan Keluarga di Desa Serdang Kecamatan Beringin Tahun 2025	34
Tabel 6 Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	35
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan Dengan Media Booklet.....	36
Tabel 8. Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	36
Tabel 9. Sikap Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	37
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Sikap Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	37
Tabel 11. Perbedaan Rata-Rata Sikap Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet	38
Tabel 12. Tindakan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	39
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Tindakan Ibu yang Memiliki Balita Gizi Kurang Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	40
Tabel 14. Perbedaan Rata-Rata Tindakan Ibu yang Memiliki Anak Gizi Kurang	

Usia 24-59 bulan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dengan Media Booklet.....	40
Tabel 15. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan,Sikap,dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan	41

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
Gambar 1. Skema Faktor Penyebab Masalah Gizi.....	13
Gambar 2. Tumpeng Gizi Seimbang.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
Lampiran 1 Master Tabel	50
Lampiran 2. Distribusi Frekuensi.....	51
Lampiran 3 Hasil Uji Statistik.....	53
Lampiran 4 Bukti Bimbingan Proposal Skripsi	58
Lampiran 5 Keterangan Layak Etik	61
Lampiran 6 Surat Survei Pendahuluan.....	62
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	66
Lampiran 8. Surat Persetujuan Setelah Penjelasan	68
Lampiran 9 Data Balita Gizi Kurang	69
Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan Media Penyuluhan	71
Lampiran 11 Kuesioner Pengetahuan,Sikap dan Tindakan	78
Lampiran 12 Booklet.....	86
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	89