

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN
MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
IBU BALITA USIA 24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I
DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN
DELI SERDANG TAHUN 2026**



ANISWAH NAILAH KHAIRIAH

P01031222126

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

**PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN
MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
IBU BALITA USIA 24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I
DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN
DELI SERDANG TAHUN 2026**

Skripsi

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



ANISWAH NAILAH KHAIRIAH
P01031222126

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

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN
MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
IBU BALITA USIA 24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I
DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN
DELI SERDANG TAHUN 2026**

Diusulkan Oleh

ANISWAH NAILAH KHAIRIAH

P01031222126

**Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal 20 Agustus 2026**

Pembimbing Utama,



**Rumida, SP, M.Kes
NIP. 196204131984022001**

Ketua Prodi Sarjan Terapan Gizi dan Dietetika



**Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes
NIP. 197610232000032002**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN
MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
IBU BALITA USIA 24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I
DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN
DELI SERDANG TAHUN 2026**

Telah di persiapkan dan disusun oleh

ANISWAH NAILAH KHAIRIAH

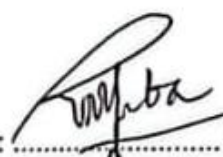
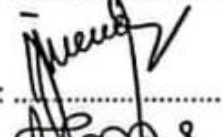
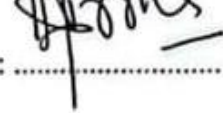
P01031222126

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 12 Mei 2026

Tim Penguji

Tanda Tangan

- | | | |
|--------------|---------------------------------|---|
| 1. Ketua | : Rumida, SP, M.Kes | :  |
| 2. Anggota 1 | : Tiar Lince Bakara, SP, M.Si | :  |
| 3. Anggota 2 | : Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD | :  |

Lubuk Pakam, 4 September 2026

Mengstahli

Ketua Prodi


Dr. Rina Doriani Pasaribu, SKM, M.Kes
NIP. 197640212080032002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Aniswah Nailah Khairiah
Nim : P01031222126
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

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

**PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN MEDIA
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA USIA
24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I DESA SERDANG KECAMATAN
BERINGIN KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026**

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,



ANISWAH NAILAH KHAIRIAH
P01031222126



BIODATA PENULIS

Nama : ANISWAH NAILAH KHAIRIAH
Tempat/Tgl lahir : MEDAN, 25 MEI 2005
Jenis Kelamin : PEREMPUAN
Agama : ISLAM
Alamat Rumah : JL. MANGAAN I NO 42 LK VIII
Nomor HP : 081263629502

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDS HANDAYANI
2. SLTP : SMP MUHAMMADIYAH 01 MEDAN
3. SLTA : SMKN 10 MEDAN

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI TENTANG POLA MAKAN DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA USIA 24-59 BULAN DI POSYANDU MAWAR I DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

Aniswah Nailah Khairiah, Dosen Pembimbing : Rumida, SP, M.Kes
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)

aniswah.nk@gmail.com

Masalah gizi pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian karena dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu faktor yang memengaruhi status gizi balita adalah rendahnya pengetahuan dan sikap ibu mengenai pola makan anak. Edukasi menggunakan media booklet dapat menjadi upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu karena memuat informasi yang lengkap, menarik, mudah dipahami, serta dapat dibaca berulang kali.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita usia 24–59 bulan di Posyandu Mawar I Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experimental* dengan desain *One Group Pre-Test and Post-Test*. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 24–59 bulan sebanyak 27 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Namun, sebanyak 5 responden tidak mengikuti rangkaian penelitian hingga selesai sehingga dikeluarkan berdasarkan kriteria eksklusi. Jumlah responden yang dianalisis sebanyak 22 orang. Edukasi dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 78,64 menjadi 87,27. Rata-rata nilai sikap meningkat dari 76,82 menjadi 89,55. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) pada pengetahuan dan sikap, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita usia 24–59 bulan.

Edukasi tentang pola makan menggunakan media booklet berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita serta dapat digunakan sebagai alternatif media edukasi gizi.

Kata kunci : edukasi, booklet, pola makan, pengetahuan, sikap.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF DIETARY EDUCATION USING BOOKLET MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF MOTHERS WITH TODDLERS AGED 24–59 MONTHS AT POSYANDU MAWAR I, SERDANG VILLAGE, BERINGIN DISTRICT, DELI SERDANG REGENCY IN 2025

**Aniswah Nailah Khairiah, Supervised by RUMIDA,SP, M. Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email : aniswah.nk@gmail.com**

Nutritional problems in toddlers remain a public health concern that requires serious attention, as they can directly affect childhood growth and development. One of the factors influencing the nutritional status of toddlers is the lack of maternal knowledge and poor attitudes regarding children's dietary patterns. Education using booklet media can serve as an effort to improve maternal knowledge and attitudes, as it provides comprehensive, engaging, easily understood information that can be read repeatedly.

This study aimed to determine the influence of dietary education using booklet media on the knowledge and attitudes of mothers with toddlers aged 24–59 months at Posyandu Mawar I, Serdang Village, Beringin District, Deli Serdang Regency in 2025.

This was a Quasi-Experimental study utilizing a One-Group Pretest-Posttest design. The study population consisted of all 27 mothers who had toddlers aged 24–59 months. The sampling technique employed was total sampling. However, 5 respondents did not complete the entire research process and were removed based on the exclusion criteria, resulting in a final sample of 22 respondents for analysis. The educational intervention was conducted over three sessions.

The results demonstrated that the average knowledge score increased from 78.64 to 87.27. The average attitude score increased from 76.82 to 89.55. Statistical analysis revealed a $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$) for both knowledge and attitudes, indicating a significant influence of dietary education using booklet media on the knowledge and attitudes of mothers with toddlers aged 24–59 months.

Dietary education using booklet media is effective in improving the knowledge and attitudes of mothers with toddlers and can be utilized as an alternative tool for nutrition education.

Keywords: education, booklet, dietary pattern, knowledge, attitude



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa/ Allah SWT atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Edukasi Tentang Pola Makan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Usia 24-59 Bulan Di Posyandu Mawar I Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Rumida, SP, M.Kes selaku pembimbing 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, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan dan Pembimbing Akademik.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Tiar Lince Bakara, SP, M.Si atas kesediannya untuk menguji skripsi ini.
5. Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD atas kesediannya untuk menguji skripsi ini.
6. Bapak Henri P. Habeahan selaku kepala desa serdang yang telah memberikan izin penelitian.
7. Ibu balita sebagai responden penelitian yang telah bersedia menjadi responden serta meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Suheriadi dan Sri Lisnawati selaku orang tua tercinta yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, semangat, serta pengorbanan kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
9. Misniati selaku nenek tersayang yang telah memberikan do'a dan dukungan kepada penulis.

10. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
11. Riski Agung Pratama, Dinda Mardiaty Siregar, Dzakwan Hilmy, Almayhira Syadza Zhafira dan seluruh keluarga yang selalu memberi dukungan.
12. Chairunisa Fadillah, Suci Eka Fadhilah, Sarmila Ritonga, Roma Uli Nadeak, Nur Ainun Br Dalimunthe, Esra Aprylia Saragih dan teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang selalu memberikan dukungan dan semangat.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Lubuk Pakam, 4 September 2026

Aniswah Nailah Khairiah

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
BIODATA PENULIS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Balita	6
1. Pengertian Balita.....	6
2. Kebutuhan Zat Gizi Balita	6
B. Pola Makan.....	7
1. Pengertian Pola Makan	7
2. Komponen Pola Makan	8
3. Pemberian Makanan Pada Balita Usia 2-5 tahun.....	9
4. Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Balita	10
5. Dampak Pola Makan yang Tidak Sehat.....	10
C. Edukasi	11
1. Pengertian Edukasi	11

2. Tujuan Edukasi	11
3. Metode Edukasi	11
D. Media Booklet	12
1. Pengertian Media Booklet	12
2. Karakteristik Booklet	12
3. Kelebihan Media Booklet	13
4. Kelemahan Media Booklet	13
E. Pengetahuan	13
1. Pengertian Pengetahuan	13
2. Tingkat Pengetahuan	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	15
F. Sikap	17
1. Pengertian Sikap	17
G. Kerangka Teori	18
H. Kerangka Konsep	19
I. Definisi Operasional	20
J. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	21
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel Penelitian	22
1. Populasi	22
2. Sampel	22
3. Responden	22
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	22
1. Jenis Data	22
2. Cara Pengumpulan Data	22
3. Prosedur Penelitian Edukasi	24
E. Pengolahan dan Analisis Data	25
1. Pengolahan Data	25
2. Analisis Data	27

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
A. Hasil.....	28
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	28
2. Pelaksanaan Edukasi.....	28
3. Karakteristik Sampel.....	30
4. Karakteristik Responden.....	31
5. Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Booklet	32
6. Sikap Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Media Booklet	34
7. Pengaruh Edukasi dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita	35
B. Pembahasan	36
1. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media Booklet.....	36
2. Sikap Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media Booklet	37
3. Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Balita.....	37
4. Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Booklet Terhadap Sikap Ibu Balita	38
5. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Balita.....	39
6. Perbandingan Nilai Pengetahuan dan Sikap Berdasarkan Karakteristik Ibu Balita	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kebutuhan Zat Gizi Makro Balita.....	7
Tabel 2. Definisi Operasional	20
Tabel 3. Kegiatan Penyuluhan	25
Tabel 4. Karakteristik Jenis Kelamin Balita	30
Tabel 5. Karakteristik Umur Balita	30
Tabel 6. Karakteristik Usia Ibu Balita.....	31
Tabel 7. Karakteristik Pendidikan Ibu Balita	31
Tabel 8. Karakteristik Pekerjaan Ibu Balita	32
Tabel 9. Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan.....	32
Tabel 10. Rata – Rata Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi....	33
Tabel 11. Kategori Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi	33
Tabel 12. Sikap Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media	34
Tabel 13. Rata – Rata Sikap Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi	34
Tabel 14. Kategori Sikap Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan	35
Tabel 15. Pengaruh Edukasi dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan.....	35
Tabel 16. Pengaruh Edukasi dengan Media Booklet Terhadap Sikap Ibu.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	18
Gambar 2. Kerangka Konsep	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel	47
Lampiran 2. Distribusi Frekuensi.....	48
Lampiran 3. Hasil Uji Statistik.....	50
Lampiran 4. Bukti Bimbingan Skripsi	54
Lampiran 5. Ethical Exemption	57
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 7. Surat Balasan Izin Penelitian	59
Lampiran 8. Surat Persetujuan Setelah Penjelasan	60
Lampiran 9. Satuan Acara Penyuluhan.....	61
Lampiran 10. Kuesioner.....	65
Lampiran 11. Dokumentasi Booklet	71
Lampiran 12. Daftar Hadir	74
Lampiran 13. Dokumentasi.....	75