

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI  
DAN PROTEIN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG  
KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2025**



**NUR AINUN BR DALIMUNTE  
P01031222036**

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

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI  
DAN PROTEIN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG  
KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2025**

Skripsi

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



**NUR AINUN BR DALIMUNTE  
P01031222036**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN

### SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI  
DAN PROTEIN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG  
KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2025**

Diusulkan Oleh :

**NUR AINUN BR DALIMUNTE**

**P01031222036**

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 17 Agustus 2026

Pembimbing Utama,



**Tiar Linde Bakara, SP, M.Si**  
NIP. 196701291987032002

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



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

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI  
DAN PROTEIN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG  
KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2025**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

**NUR AINUN BR DALIMUNTE**

**P01031222036**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 31 Januari 2026

Tim Penguji

Tanda Tangan

- |              |   |                             |       |
|--------------|---|-----------------------------|-------|
| 1. Ketua     | : | Tiar Lince Bakara, SP, M.Si | ..... |
| 2. Anggota 1 | : | Rumida, SP, M.Kes           | ..... |
| 3. Anggota 2 | : | dr. Ratna Zahara, M.Kes     | ..... |

Lubuk Pakam, 04 September 2026

Mengetahui,

Ketua Prodi



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

**NIP. 197610232000032002**

## **BIODATA PENULIS**



Nama : Nur Ainun Br Dalimunte  
Tempat/Tgl Lahir : Tanjung Morawa, 18 Juli 2004  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat Rumah : Dusun V Gg. Cargill Desa Limau Manis, Kec. Tanjung Morawa  
Nomor HP : 082371476975

## **RIWAYAT PENDIDIKAN**

SD : SD NEGERI 101884  
SMP : MTsN 1 Deli Serdang  
SMA : MAN 1 Deli Serdang

## **PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nur Ainun Br Dalimunte  
NIM : P01031222036  
Program Studi : Diploma IV  
Jurusan : Jurusan Gizi  
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

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

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN  
MENGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN  
SIKAP IBU BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG KECAMATAN  
BERINGIN KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2025**

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, 04 September 2026

Penulis,



The image shows a red official stamp from the Indonesian Ministry of Health (KEMENKES) with the text 'KEMENKES RI', 'METRAH TEGAPEL', and the ID number '98F16AOX128622356'. A handwritten signature is written over the stamp.

**NUR AINUN BR DALIMUNTE**

**P01031222036**

**ABSTRAK**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ASUPAN ENERGI  
DAN PROTEIN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
BALITA GIZI KURANG DI DESA SERDANG  
KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2025**

Nur Ainun Br Dalimunte, Tiar Lince Bakara, SP, M.Si  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan  
Email: [ainun18704@gmail.com](mailto:ainun18704@gmail.com)

Gizi kurang pada anak balita menjadi salah satu masalah kesehatan yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak balita. Faktor yang memengaruhi status gizi anak balita adalah rendahnya pengetahuan dan sikap ibu mengenai pemenuhan asupan energi dan protein perlu diberikan penyuluhan gizi menggunakan media booklet yang merupakan salah satu upaya penyuluhan yang dapat meningkatkan pemahaman ibu. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang asupan energi dan protein menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu pada anak balita gizi kurang di Desa Serdang, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.

Menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan one group pre-test post-test. Sampel penelitian berjumlah 20 ibu yang memiliki anak balita gizi kurang usia 24–59 bulan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media booklet.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan ibu meningkat dari 71 menjadi 81,25 dengan peningkatan sejumlah 10,24 dan rata-rata sikap ibu meningkat dari 71 menjadi 86 dengan peningkatan sejumlah 15. Hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang artinya terdapat pengaruh signifikan penyuluhan tentang asupan energi dan protein menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita gizi kurang.

Bahwa penyuluhan menggunakan media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu mengenai asupan energi dan protein dalam upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi kurang pada anak balita.

**Kata kunci:** gizi kurang, anak balita, penyuluhan gizi, pengetahuan, sikap.

## ABSTRACT

### **THE INFLUENCE OF NUTRITION COUNSELING ON ENERGY AND PROTEIN INTAKE UTILIZING BOOKLET MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF MOTHERS OF UNDERNOURISHED TODDLERS IN SERDANG VILLAGE BERINGIN DISTRICT, DELI SERDANG REGENCY IN 2025**

**Nur Ainun Br Dalimunte, Supervised by Tiar Lince Bakara, SP, M.Si**  
**Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health**  
Email: [ainun18704@gmail.com](mailto:ainun18704@gmail.com)

Undernutrition in toddlers remains a critical health problem that can hinder childhood growth and development. A primary factor influencing the nutritional status of toddlers is low maternal knowledge and poor attitudes toward meeting energy and protein requirements. Consequently, nutrition counseling leveraging booklet media is required as an intervention to enhance maternal understanding. This study aims to determine the influence of nutrition counseling using booklet media on the knowledge and attitudes of mothers of undernourished toddlers in Serdang Village, Beringin District, Deli Serdang Regency, in 2025.

This study employed a quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design. The research sample consisted of 20 mothers of undernourished toddlers aged 24–59 months, selected via purposive sampling. Data collection was performed using knowledge and attitude questionnaires administered before and after the counseling intervention using booklet media.

The findings demonstrated that the mean maternal knowledge score increased from 71 to 81.25, representing an improvement of 10.24, while the mean maternal attitude score rose from 71 to 86, showing an increase of 15. Statistical analysis revealed a p-value of 0.000 ( $p = 0.000$ ,  $p < 0.05$ ), indicating a significant influence of nutrition counseling on energy and protein intake, using booklet media, on the knowledge and attitudes of mothers of undernourished toddlers.

This study concludes that counseling using booklet media is effective in improving maternal knowledge and attitudes regarding energy and protein intake, thereby supporting the prevention and management of undernutrition in toddlers.

**Keywords:** Booklet, Knowledge, Maternal attitude, Nutrition counseling, Undernourished toddlers



11 AUG 2026

62

## 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 Asupan Energi Dan Protein Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pada Balita Gizi Kurang Di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis 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 terselesainya 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.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes selaku Pembimbing Akademik.
5. Ibu Rumida, SP, M.Kes, atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
6. Ibu dr. Ratna Zahara, M.Kes, atas ketersediannya untuk menguji skripsi ini.
7. Bapak Henri P. Habeahan selaku Kepala Desa Serdang yang telah memberikan izin penelitian
8. Ibu balita sebagai responden penelitian yang telah bersedia menjadi responden serta meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua tercinta saya, Bapak Zakaria Dalimunte dan Ibu Setiarna Purba yang senantiasa memberikan cinta dan kasih sayang, doa, dukungan, pengorbanan yang luar biasa, serta pengorbanan yang tiada henti kepada

penulis selama menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

10. Untuk kedua adikku tersayang, Zia Ulhaq Br Dalimunte dan Dani Fadhilah Br Dalimunte, yang selalu memberikan semangat, doa, serta dukungan kepada penulis.
11. Terimakasih penulis sampaikan kepada teman-teman yang telah membantu selama proses penelitian dan penyusunan skripsi, yaitu Esra, Aniswah, dan Roma, atas bantuan, kerja sama, motivasi, serta kesediaannya meluangkan waktu untuk mendukung penulis selama proses penelitian dan skripsi ini berlangsung.
12. Penulis juga berterima kasih kepada BTS, Nadia Omara, dan tayangan Marapthon yang telah menemani penulis selama proses penyusunan skripsi, mulai dari awal penyusunan skripsi hingga selesainya skripsi ini selalu memberikan hiburan, motivasi, serta membantu penulis tetap bersemangat dalam menyelesaikan setiap tahapan penelitian dan penulisan skripsi ini.
13. Dan yang terakhir untuk diri sendiri, Nur Ainun Br Dalimunte. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. Untuk malam-malam penuh tekanan, keraguan, kekecewaan, dan air mata. Terimakasih karena tetap memilih melangkah meski jalan tak selalu ramah. Kini telah sampai, maka berbahagialah selalu dimanapun itu. Apresiasi dirimu sendiri karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Dengan kurang dan lebihmu itu mari merayakan keberanian yang telah kau ambil.

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 membacanya.

Nur Ainun Br Dalimunte

## DAFTAR ISI

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| HALAMAN PERSETUJUAN.....             | i    |
| HALAMAN PENGESAHAN.....              | ii   |
| BIODATA PENULIS .....                | iii  |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... | 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. Ruang Lingkup Penelitian .....    | 7    |
| C. Rumusan Masalah .....             | 7    |
| D. Tujuan Penelitian.....            | 8    |
| 1. Tujuan Umum.....                  | 8    |
| 2. Tujuan Khusus.....                | 8    |
| E. Manfaat Penelitian .....          | 8    |
| 1. Bagi Peneliti .....               | 8    |
| 2. Bagi Masyarakat.....              | 9    |
| 3. Bagi Institusi .....              | 9    |
| F. Keaslian Penelitian.....          | 9    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....        | 11   |
| A. Gizi Kurang .....                 | 11   |
| 1. Pengertian Gizi Kurang.....       | 11   |
| 2. Faktor Penyebab Gizi Kurang.....  | 13   |
| 3. Dampak Gizi Kurang .....          | 14   |

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| 4. Upaya Pencegahan Gizi Kurang .....                | 15 |
| B. Penyuluhan .....                                  | 16 |
| 1. Pengertian Penyuluhan.....                        | 16 |
| 2. Tujuan Penyuluhan.....                            | 17 |
| 3. Jenis Metode penyuluhan.....                      | 18 |
| 4. Jenis-Jenis Media Penyuluhan .....                | 24 |
| 5. Media Yang Sering Digunakan Dalam Penyuluhan..... | 27 |
| C. Asupan .....                                      | 28 |
| 1. Energi .....                                      | 28 |
| 2. Protein .....                                     | 29 |
| D. Media Booklet.....                                | 32 |
| 1. Pengertian Media Booklet.....                     | 32 |
| 2. Manfaat Media Booklet.....                        | 33 |
| 3. Karakteristik Media Booklet .....                 | 33 |
| 4. Keunggulan dan Kelemahan Media Booklet .....      | 34 |
| E. Pengetahuan.....                                  | 35 |
| F. Sikap.....                                        | 40 |
| 1. Pengertian Sikap.....                             | 40 |
| G. Kerangka Teori .....                              | 42 |
| H. Kerangka Konsep .....                             | 43 |
| I. Definisi Operasional .....                        | 44 |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                       | 46 |
| A. Desain Penelitian.....                            | 46 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....                 | 47 |
| 1. Lokasi Penelitian.....                            | 47 |
| 2. Waktu Penelitian .....                            | 47 |
| C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....               | 47 |
| 1. Populasi .....                                    | 47 |
| 2. Sampel.....                                       | 47 |
| 3. Responden.....                                    | 47 |
| D. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data .....       | 48 |

|                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Teknik Pengumpulan Data .....                                                        | 48 |
| 2. Instrumen Pengumpulan Data .....                                                     | 49 |
| E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....                                                 | 50 |
| 1. Jenis Data .....                                                                     | 50 |
| 2. Cara Pengumpulan Data.....                                                           | 50 |
| F. Pengolahan dan Analisis Data .....                                                   | 52 |
| 1. Pengolahan Data.....                                                                 | 52 |
| 2. Analisis Data .....                                                                  | 53 |
| G. Etika Penelitian .....                                                               | 54 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....                                                        | 57 |
| A. Hasil .....                                                                          | 57 |
| 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                                                | 57 |
| 2. Prosedur Penelitian.....                                                             | 57 |
| 3. Karakteristik Sampel.....                                                            | 58 |
| 4. Karakteristik Responden .....                                                        | 59 |
| 5. Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Balita Gizi Kurang Sebelum Dan Sesudah .....           | 60 |
| 6. Sikap Ibu Yang Memiliki Balita Gizi Kurang Sebelum Dan Sesudah.....                  | 62 |
| 7. Pengaruh Penyuluhan Dengan Pemberian Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap .....    | 64 |
| B. Pembahasan .....                                                                     | 65 |
| 1. Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Balita Gizi Kurang Sebelum Dan Sesudah .....           | 65 |
| 2. Sikap Ibu Yang Memiliki Balita Gizi Kurang Sebelum Dan Sesudah.....                  | 66 |
| 3. Pengaruh Penyuluhan Dengan Pemberian Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu..... | 67 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....                                                         | 68 |
| A. Kesimpulan.....                                                                      | 68 |
| B. Saran .....                                                                          | 68 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                                                    | 70 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. AKG Energi Indonesia .....                                                                                                         | 29 |
| Tabel 2. AKG Protein Indonesia .....                                                                                                        | 31 |
| Tabel 3. Definisi Operasional.....                                                                                                          | 44 |
| Tabel 4. Karakteristik Umur Sampel di Desa Serdang Tahun 2025.....                                                                          | 58 |
| Tabel 5. Karakteristik Jenis Kelamin Sampel di desa Serdang Tahun 2025 .....                                                                | 59 |
| Tabel 6. Karakteristik Umur Responden di Desa Serdang Tahun 2025.....                                                                       | 59 |
| Tabel 7. Karakteristik Pendidikan Responden Di Desa Serdang Tahun 2025 .....                                                                | 60 |
| Tabel 8. Karakteristik Pekerjaan Responden Di Desa Serdang Tahun 2025.....                                                                  | 60 |
| Tabel 9. Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan Dengan Pemberian Booklet.....            | 61 |
| Tabel 10. Rata-Rata Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Pemberian Booklet..... | 61 |
| Tabel 11. Kategori Pengetahuan Ibu yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Pemberian Booklet.....  | 62 |
| Tabel 12. Sikap Ibu yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Pemberian Booklet.....                 | 63 |
| Tabel 13. Rata-rata Sikap Ibu yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Pemberian Booklet.....       | 63 |
| Tabel 14. Kategori Sikap Ibu yang Memiliki Balita gizi kurang Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan dengan Pemberian Booklet.....        | 64 |
| Tabel 15. Pengaruh Penyuluhan Dengan Pemberian Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap.....                                                  | 64 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka Teori .....                          | 42 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep .....                         | 43 |
| Gambar 3. Bentuk Rancangan One Group Pre-Post Test..... | 46 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                       |     |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Master Tabel .....                                        | 75  |
| Lampiran 2. Distribusi Frekuensi.....                                 | 76  |
| Lampiran 3. Hasil Uji Statistik.....                                  | 79  |
| Lampiran 4. Bukti Bimbingan Skripsi .....                             | 83  |
| Lampiran 5. Keterangan Layak Etik .....                               | 84  |
| Lampiran 6. Surat Survey Pendahuluan.....                             | 86  |
| Lampiran 7. Balasan Survey Pendahuluan.....                           | 88  |
| Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....                                | 90  |
| Lampiran 9. Balasan Surat Izin Penelitian .....                       | 91  |
| Lampiran 10. Surat Persetujuan Setelah Penjelasan .....               | 92  |
| Lampiran 11. Data Balita Gizi Kurang .....                            | 93  |
| Lampiran 12. Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Dan Media Penyuluhan ..... | 94  |
| Lampiran 13. Kuesioner Pengetahuan dan Sikap .....                    | 99  |
| Lampiran 14. Booklet.....                                             | 107 |
| Lampiran 15. Dokumentasi.....                                         | 110 |