

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN
ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN
BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU
DESA WONOSARI**



CHYNTIA ANGELIN SAGALA

P01031222134

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

2026

**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN
ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN
BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU
DESA WONOSARI**

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



**CHYNTIA ANGELIN SAGALA
P01031222134**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN
ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN
BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU
DESA WONOSARI**

Diusulkan Oleh

CHYNTIA ANGELIN SAGALA

P01031222134

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 03 September 2026

Pembimbing Utama



Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM

NIP. 196812211991032001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M. Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU DESA WONOSARI

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

CHYNTIA ANGELIN SAGALA
P01031222134

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal: 22 Mei 2026

Tim Penguji:

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
2. Anggota 1 : Berlin Sitanggang, SST, M. Kes
3. Anggota 2 : Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M. Kes, RD



Lubuk Pakam, 11 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M. Kes

NIP. 197610232000032002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Chyntia Angelin Sagala
NIM : P01031222134
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

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

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU DESA WONOSARI

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

Lubuk Pakam, 03 September 2026

Penulis,



CHYNTIA ANGELIN SAGAI

P01031222134



BIODATA PENULIS

Nama : Chyntia Angelin Sagala
Tempat/Tgl Lahir : Jambi, 30 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat Rumah : Jl. Sunan Drajat Lr. Tiga Putri No. 06
Nomor HP : 085290086665

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 64 KOTA JAMBI
2. SLTP : SMPN 8 KOTA JAMBI
3. SLTA : SMAN 5 KOTA JAMBI

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL DI PUSKESMAS PEMBANTU DESA WONOSARI

Chyntia Angelin Sagala, Tetty Herta Doloksaribu
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email: chyntiaangelins@gmail.com

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi tantangan kesehatan yang perlu ditangani dengan baik. Kurangnya pengetahuan ibu tentang cara pemberian makan anak dan kurangnya asupan zat gizi harian anak menjadi pemicu utama terganggunya pertumbuhan balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu dan asupan zat gizi pada balita penerima makanan tambahan berbahan lokal di Puskesmas Pembantu Desa Wonosari.

Jenis penelitian ini adalah *Quasi-Experiment* dengan rancangan *One Group Pre-Post-Test*. Sampel penelitian dipilih secara *purposive sampling* yaitu 20 orang ibu yang mempunyai anak usia 12-23 bulan yang bermasalah gizi. Intervensi berupa edukasi gizi sebanyak 3 kali setiap minggu menggunakan media *leaflet*. Pengumpulan data pengetahuan diukur menggunakan kuesioner dan asupan zat gizi melalui *food recall* 3x24 jam tidak berturut-turut sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji statistik *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan ibu meningkat signifikan dari 49,7 menjadi 81,7 dengan nilai ($P=0,000$). Terdapat peningkatan signifikan pada rata-rata asupan energi dari 550,5 kkal menjadi 702,8 kkal, karbohidrat dari 59,3 g menjadi 76,5 g, protein dari 26,2 g menjadi 37,5 g, dan lemak dari 20,3 g menjadi 28,4 g ($P<0,05$).

Edukasi gizi berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu dan asupan zat gizi balita penerima makanan tambahan berbahan lokal di Puskesmas Pembantu Desa Wonosari. Edukasi gizi tentang pemanfaatan bahan pangan lokal untuk PMT disarankan untuk diterapkan secara berkelanjutan oleh tenaga kesehatan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita untuk pemenuhan kebutuhan zat gizi balita.

Kata kunci : Edukasi gizi, *leaflet*, ibu balita

ABSTRACT

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ON MATERNAL KNOWLEDGE AND NUTRIENT INTAKE OF TODDLERS RECEIVING LOCAL FOOD-BASED SUPPLEMENTARY FEEDING AT WONOSARI VILLAGE AUXILIARY HEALTH CENTER

Chyntia Angelin Sagala, Tetty Herta Doloksaribu
(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)
Email: chyntiaangelins@gmail.com

Undernutrition among toddlers remains a health challenge that needs to be properly addressed. The lack of maternal knowledge regarding child feeding practices and insufficient daily nutrient intake are the main triggers of impaired toddler growth. This study aimed to determine the effect of nutrition education on maternal knowledge and nutrient intake among toddlers receiving local food-based supplementary feeding at the Wonosari Village Auxiliary Health Center.

This study was a Quasi-Experiment with a One Group Pre-Post-Test design. The study sample was selected using purposive sampling, consisting of 20 mothers of nutritional problem-affected children aged 12–23 months. The intervention consisted of nutrition education delivered three times weekly using leaflets. Maternal knowledge data were measured using a questionnaire, while nutrient intake was assessed using a non-consecutive 3x24-hour food recall before and after the intervention. Data were analyzed using the Paired T-Test statistical test.

The results showed a significant increase in the average maternal knowledge score from 49.7 to 81.7 ($P = 0.000$). Significant increases were also observed in the average intake of energy from 550.5 kcal to 702.8 kcal, carbohydrates from 59.3 g to 76.5 g, protein from 26.2 g to 37.5 g, and fat from 20.3 g to 28.4 g ($P < 0.05$).

Nutrition education has a significant effect on maternal knowledge and the nutrient intake of toddlers receiving local food-based supplementary feeding at the Wonosari Village Auxiliary Health Center. Nutrition education regarding the utilization of local food ingredients for supplementary feeding is recommended to be implemented sustainably by health workers as a strategy to enhance maternal knowledge for meeting toddlers' nutritional requirements.

Keywords: Nutrition education, leaflet, mothers of toddlers



KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahnya berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu dan Asupan Zat Gizi Balita Penerima Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal di Puskesmas Pembantu Desa Wonosari”.

Selanjutnya terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada ibu Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya juga disampaikan kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, SST, 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 Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
4. Bapak Efendi S. Nainggolan, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Akademik
5. Bapak Berlin Sitanggang, SST, M. Kes dan Bapak Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M. Kes, RD atas kesediaannya untuk menguji Skripsi ini
6. Bapak Nukman Sagala dan Ibu Epfirhita Agnes Br. Nadeak selaku orang tua saya
7. Caecilia Wanauli Sagala, Natalia Widya Sagala, Martinus Bintang Pamungkas Sagala , Paskah Bima Sakti Sagala selaku saudara saya yang telah memberi doa tanpa terbatas
8. Kristin, Felisya, Nashtasya, Feronika, dan teman-teman pembimbing saya yang turut serta memberi dorongan pada penulis
9. Seluruh Dosen, Instruktur, dan Staf Jurusan Gizi dan Dietetika serta semua dalam penyusunan skripsi ini.

Penulisan menyadari bahwa Skripsi ini belum sempurna. Oleh karena itu penulis berharap para pembaca dapat memberikan saran dan masukan untuk menyempurnakan

Lubuk Pakam, 03 September 2026
Chyntia Angelin Sagala

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
BIODATA PENULIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A Latar Belakang	1
B Perumusan Masalah	4
C Tujuan Umum	4
D Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A Balita	6
B Edukasi Gizi	9
C Pengetahuan Ibu Balita	10
D Asupan Zat Gizi Balita	11
E Penerimaan Makanan Tambahan	13
F Pemberian Makanan Tambahan	14
G Food Recall 24 Jam	17
H Kerangka Teori	19
I Kerangka Konsep	20
J Variabel dan Definisi Operasional	21
K Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A Lokasi dan Waktu Penelitian	23

B	Jenis dan Desain Penelitian	23
C	Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
D	Jenis Data dan Cara Pengumpulan	24
E	Prosedur Penelitian	24
F	Pengolahan dan Analisis Data	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		30
A	Hasil.....	30
B	Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		48
A	Kesimpulan.....	48
B	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA		50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Komposisi Zat Gizi Berdasarkan Usia Balita dalam Satu Hari	16
Tabel 2. Komposisi Bahan Makanan Tambahan Balita dalam Satu Hari	17
Tabel 3. Definisi Operasional.....	21
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan	30
Tabel 5. Kategori Pekerjaan Ibu Balita	31
Tabel 6. Umur Ibu Balita.....	31
Tabel 7. Kategori Usia Balita	32
Tabel 8. Kategori Jenis Kelamin Balita.....	32
Tabel 9. Uji Paired Sample T Test Pengetahuan Pre-Test dan Post Test.....	33
Tabel 10. Rata-rata Asupan Energi Sebelum dan Sesudah Edukasi gizi.....	35
Tabel 11. Rata-rata asupan karbohidrat sebelum dan sesudah edukasi gizi.....	35
Tabel 12. Rata-rata asupan protein sebelum dan sesudah edukasi gizi.....	36
Tabel 13. Rata-rata asupan Lemak sebelum dan sesudah edukasi gizi	36

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	19
Gambar 2. Kerangka Konsep	20
Gambar 3. Penelitian One Group Pre-Post Test.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan Materi Penyuluhan.....	52
Lampiran 2 Pernyataan Ketersediaan Menjadi Responden Penelitian	64
Lampiran 3 Identitas Responden dan Kuesioner Pengetahuan	65
Lampiran 4 Food Recall 24 Jam	70
Lampiran 5 Media Leaflet.....	71
Lampiran 6 Bukti Bimbingan Skripsi	74
Lampiran 7 Master Tabel Karakteristik Ibu Balita	76
Lampiran 8 Master Tabel Asupan Zat Gizi Balita	77
Lampiran 9 Master Tabel Skor Pengetahuan Ibu Balita	78
Lampiran 10 Output Pengolahan Data.....	83
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	91
Lampiran 12 Jadwal Penelitian	93
Lampiran 13 Food Recall	94
Lampiran 14 Ethical Clearance	95
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian	96
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian	97