

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN
ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN
BERBAHAN PANGAN LOKAL DI DESA DALU SEPULUH A
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**



BUNGA MARISKA SIREGAR

P01031222009

**KEMENTRIAN 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 DESA DALU SEPULUH A
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**

Skripsi

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



**BUNGA MARISKA SIREGAR
P01031222009**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

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

Diusulkan Oleh

BUNGA MARISKA SIREGAR

P01031222009

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

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

BUNGA MARISKA SIREGAR

P01031222009

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal: 22 Mei 2026

Tim Penguji :

1. Ketua : Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
2. Anggota 1 : Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
3. Anggota 2 : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

Tanda Tangan



Lubuk Pakam, 11 September 2026



Dr. Rini Dorianita Pasaribu, SKM, M. Kes

NIP. 197610232000032002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Bunga Mariska Siregar
NIM : P01031222009
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 DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA

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,

BUNGA MARISKA SIREGAR

NIM P01031222009



BIODATA PENULIS

Nama : Bunga Mariska Siregar
Tempat/Tgl Lahir : Tebing Tinggi, 29 Maret 2005
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Aman Sari
Nomor HP : 081990727634

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 091590 SERBELAWAN
2. SMP : SMPN 1 DOLOK BATU NANGGAR
3. SMA : SMAN 1 DOLOK BATU NANGGAR

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA PENERIMA MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA

Bunga Mariska Siregar, Tetty Herta Doloksaribu
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email: siregarbunga85@gmail.com

Masalah gizi pada balita masih menjadi perhatian serius yang berdampak pada pertumbuhan dan daya tahan tubuh. Sebagian besar faktor penyebabnya adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu dan asupan zat gizi balita penerima Makanan Tambahan berbahan pangan lokal di Desa Dalu Sepuluh A Kecamatan Tanjung Morawa.

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan desain *One Group Pre-Post Test*. Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* terdiri dari 20 orang ibu yang memiliki balita bermasalah gizi. Intervensi berupa edukasi gizi dilakukan selama tiga kali pertemuan menggunakan media *leaflet*. Data tingkat pengetahuan diukur dengan kuisioner dan asupan zat gizi diukur dengan *food recall* 3×24 jam secara tidak berturut-turut dilakukan sebelum dan setelah intervensi. Analisis data pengetahuan gizi menggunakan Uji *Wilcoxon* dan asupan zat gizi dengan *Paired T-test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat signifikan dari 58 menjadi 83,5 ($P=0,001$). Terdapat peningkatan signifikan pada rata-rata asupan energi dari 697,4 kkal menjadi 869,1 kkal, karbohidrat dari 84,9 g menjadi 106,9 g, protein dari 30,5 g menjadi 40,1 g, serta lemak dari 26,7 g menjadi 32 g ($P<0,05$). Edukasi gizi berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu dan asupan zat gizi pada balita penerima makanan tambahan berbahan pangan lokal di Desa Dalu Sepuluh A Kecamatan Tanjung Morawa. 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 MOTHERS' KNOWLEDGE AND NUTRIENT INTAKE OF UNDER-FIVE CHILDREN RECEIVING LOCAL FOOD-BASED SUPPLEMENTARY FEEDING IN DALU SEPULUH A VILLAGE, TANJUNG MORAWA SUB-DISTRICT

Bunga Mariska Siregar, Tetty Herta Doloksaribu
(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)
Email: siregarbunga85@gmail.com

Nutritional problems in under-five children remain a serious concern that impacts growth and immunity. Most of the contributing factors stem from mothers' low knowledge regarding balanced nutrition fulfillment. This study aims to determine the effect of nutrition education on mothers' knowledge and nutrient intake of under-five children receiving local food-based Supplementary Feeding (PMT) in Dalu Sepuluh A Village, Tanjung Morawa Sub-district.

This study was a quasi-experiment with a one-group pre-post test design. The research sample was selected using a purposive sampling technique, consisting of 20 mothers of under-five children with nutritional problems. The intervention in the form of nutrition education was conducted over three meetings using leaflet media. Data on knowledge levels were measured using a questionnaire, while nutrient intake was measured using a non-consecutive 3×24-hour food recall conducted before and after the intervention. Data analysis for nutritional knowledge was performed using the Wilcoxon test, while nutrient intake was analyzed using the Paired T-test.

The results showed that the mean knowledge score increased significantly from 58 to 83.5 ($P=0.001$). There were significant increases in the mean intake of energy from 697.4 kcal to 869.1 kcal, carbohydrates from 84.9 g to 106.9 g, protein from 30.5 g to 40.1 g, and fat from 26.7 g to 32 g ($P<0.05$).

Nutrition education has a significant effect on mothers' knowledge and nutrient intake of under-five children receiving local food-based supplementary feeding in Dalu Sepuluh A Village, Tanjung Morawa Sub-district. Sustainable implementation of nutrition education on the utilization of local food ingredients for supplementary feeding by healthcare providers is recommended as a way to enhance mothers' knowledge to meet the nutrient needs of under-five children.

Keywords: Nutrition education, leaflet, mothers of under-five children.



KATA PENGANTAR

Puji dan 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 Desa Dalu Sepuluh A Kecamatan Tanjung Morawa”

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

Ucapan terima kasih 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 Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
4. Bapak Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M. Kes, RD selaku pembimbing akademik
5. Ibu Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes dan Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes atas kesediaannya untuk menguji Skripsi ini
6. Orang tua dan kedua saudara saya tercinta yang telah memberi semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini
7. Teman-teman seperjuangan yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan perkuliahan penulis
8. Seluruh Dosen, Instruktur, dan Staf Jurusan Gizi serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

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

Lubuk Pakam, 03 September 2026

Penulis

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.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Konsep Gizi dan Status Gizi Balita.....	5
B. Edukasi Gizi.....	5
C. Pengetahuan Ibu.....	7
D. Asupan Zat Gizi Balita.....	8
E. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal.....	9
F. Hubungan Edukasi Gizi, Pengetahuan Ibu, dan Asupan Gizi Balita.....	13
G. Kerangka Teori.....	14
H. Kerangka Konsep.....	15
I. Defenisi Operasional.....	16
J. Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	18
C. Populasi dan Sampel.....	20
D. Prosedur Penelitian.....	20
E. Jenis Data dan Cara Pengolahan Data.....	25
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Hasil.....	28
B. Pembahasan.....	35
BAB V KESIMPULAN & SARAN.....	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Tabel Komposisi Makanan Tambahan Balita Dalam Satu Hari	10
Tabel 2. Tabel Komposisi Makanan Tambahan Balita Dalam Satu Hari	11
Tabel 3. Tabel jangka waktu intervensi PMT Lokal Berdasarkan status gizi	11
Tabel 4. Defenisi Operasional	17
Tabel 5. Kategori Tingkat Pendidikan.....	29
Tabel 6. Kategori Pekerjaan	30
Tabel 7. Kategori Usia.....	31
Tabel 8. Kategori Jenis Kelamin	31
Tabel 9. Uji Wilcoxon Tingkat Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test.....	32
Tabel 10. Rata rata Asupan Energi Sebelum Edukasi dan Sesudah Edukasi	33
Tabel 11. Rata rata Asupan Karbohidrat Sebelum dan Sesudah Edukasi	34
Tabel 12. Rata rata Asupan Protein Sebelum dan Sesudah Edukasi	35
Tabel 13. Rata rata Asupan Lemak Sebelum dan Sesudah Edukasi	36

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	15
Gambar 2. Kerangka Konsep	16
Gambar 3. Desain Penelitian One Group Pre-Post Test.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kuisioner Penelitian.....	53
Lampiran 2. Materi Edukasi Gizi.....	59
Lampiran 3. Leaflet.....	73
Lampiran 4. Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden Penelitian.....	76
Lampiran 5. Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	77
Lampiran 6. Bukti Bimbingan Skripsi	78
Lampiran 7. Master Tabel Karakteristik	80
Lampiran 8. Master Tabel Asupan Zat Gizi Balita.....	81
Lampiran 9. Master Tabel Skor Pengetahuan Ibu Balita	82
Lampiran 10. Output Pengolahan Data.....	83
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian	88
Lampiran 12. Jadwal Penelitian	91
Lampiran 13. Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	92
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	93
Lampiran 15. Surat Balasan Desa Dalu Sepuluh A.....	94
Lampiran 16. Surat Ethical Clearan.....	95