

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN
PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI
DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG**



**PRADITA ANGGRAINI PUTRI.S
P01031222040**

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

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN
PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI
DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG**

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



PRADITA ANGGRAINI PUTRI.S
P01031222040

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

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN
PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI
DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG**

Diusulkan Oleh :

PRADITA ANGGRAINI PUTRI

P01031222040

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 PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN
PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI
DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

PRADITA ANGGRAINI PUTRI.S

P01031222040

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 11 Mei 2026

Tim Penguji :

1. Ketua : Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
2. Anggota 1 : Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes
3. Anggota 2 : Efendi S. Nainggolan, SKM, M.Kes

Tanda Tangan





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 : Pradita Anggraini Putri.S
NIM : P01031222040
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 PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN
PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN
PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI
DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG**

Skripsi ini merupakan bagian dari penelitian Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM dengan judul Pengembangan Makanan Tambahan Lokal Berbasis Sumber Protein Ikan (FORGI'A) Untuk Kelompok 1000 HPK di Lokus Stunting Kabupaten Nias Utara.

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, 03 September 2026

Penulis,



PRADITA ANGGRAINI PUTRI.S

NIM P01031222040



BIODATA PENULIS

Nama : Pradita Anggraini Putri.S
Tempat/Tgl Lahir : Tanjung Morawa, 16 Agustus 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Dusun VI Desa Bandar Labuhan
Nomor HP : 083899910962

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 101896 KIRI HULU 1
2. SLTP : SMP NEGERI 1 TANJUNG MORAWA
3. SLTA : MAN 2 DELI SERDANG

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL TERHADAP ASUPAN ZAT GIZI DAN PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA BERMASALAH GIZI DI DESA DALU SEPULUH A KECAMATAN TANJUNG MORAWA KABUPATEN DELI SERDANG

Pradita Anggraini Putri.S, Tetty Herta Doloksaribu
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)

Email: praditaanggraini797@gmail.com

Masalah gizi balita di Indonesia masih menjadi tantangan kesehatan karena berdampak langsung pada pertumbuhan dan daya tahan tubuh anak. Salah satu penyebabnya adalah asupan zat gizi yang tidak adekuat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap asupan zat gizi dan peningkatan berat badan balita bermasalah gizi di Desa Dalu Sepuluh A.

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan rancangan *One-Group Pretest-Posttest*. Sampel berjumlah 20 anak usia 12–23 bulan yang bermasalah gizi. Intervensi berupa makanan tambahan berbahan pangan lokal, dengan siklus menu 7 hari (6 makanan kudapan dan 1 makanan lengkap) selama 14 hari berturut-turut dengan pemantauan kepatuhan konsumsi. Data asupan zat gizi diperoleh dengan *food recall*, sedangkan berat badan diukur menggunakan timbangan digital. Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon* dan *Dependent T-test*.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada rata-rata asupan energi dari 595,4 kkal menjadi 749 kkal, protein dari 21 g menjadi 30,5 g, dan asupan lemak dari 31,9 g menjadi 39,6 g ($P < 0,05$). Berat badan balita juga meningkat signifikan dari rata-rata 8,6 kg menjadi 8,9 kg ($P < 0,05$).

Pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal berpengaruh signifikan terhadap peningkatan asupan zat gizi dan berat badan balita bermasalah gizi. Disarankan produk makanan tambahan pada penelitian ini sebagai makanan selingan bagi balita bermasalah gizi.

Kata Kunci: PMT, pangan lokal, gizi balita

ABSTRACT

THE EFFECT OF LOCAL FOOD-BASED SUPPLEMENTARY FEEDING ON NUTRITIONAL INTAKE AND WEIGHT GAIN IN TODDLERS WITH NUTRITIONAL PROBLEMS IN DALU SEPULUH A VILLAGE TANJUNG MORAWA SUB-DISTRICT DELI SERDANG REGENCY

Pradita Anggraini Putri.S, Tetty Herta Doloksaribu
(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)
Email: praditaanggraini797@gmail.com

Nutritional problems among toddlers in Indonesia remain a health challenge as they directly impact children's growth and immunity. One of the primary causes is inadequate nutritional intake. This study aims to determine the effect of providing local food-based supplementary feeding on the nutritional intake and weight gain of toddlers with nutritional problems in Dalu Sepuluh A Village.

This research is a quasi-experimental study utilizing a One-Group Pretest-Posttest design. The sample consisted of 20 children aged 12–23 months with nutritional problems. The intervention involved local food-based supplementary feeding using a 7-day menu cycle (6 snacks and 1 full meal) for 14 consecutive days, accompanied by consumption compliance monitoring. Nutritional intake data were obtained through food recalls, while body weight was measured using a digital scale. Data analysis was conducted using the Wilcoxon Test and Dependent T-test.

The results indicated a significant increase in the average energy intake from 595.4 kcal to 749 kcal, protein intake from 21 g to 30.5 g, and fat intake from 31.9 g to 39.6 g ($P < 0.05$). The toddlers' body weight also increased significantly from an average of 8.6 kg to 8.9 kg ($P < 0.05$).

The provision of local food-based supplementary feeding has a significant effect on improving the nutritional intake and body weight of toddlers with nutritional problems. It is recommended that the supplementary food products used in this study be provided as snacks for toddlers experiencing nutritional issues.

Keywords: Supplementary feeding, local food, toddler nutrition



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : "Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal Terhadap Asupan Zat Gizi dan Peningkatan Berat Badan Balita Bermasalah Gizi di Desa Dalu Sepuluh A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang".

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

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga disampaikan kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.Si.T, 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 Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku Pembimbing Akademik.
5. Bapak Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes dan Bapak Efendi S.Nainggolan, SKM, M.Kes atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Kepada orang tua saya Alm. H. Sofyan dan Ibu Hj. Rahimah, saudara kandung saya Fitria Yolanda Putri, SM, dan M. Alfiansyah Putra, A.Md.T yang memberikan doa tanpa terbatas.
7. Teman-teman sedoping, serta Raisa, Marwa, Khanaya, Aina, Dinda yang turut serta dalam memberikan dorongan pada penulis.
8. Seluruh Dosen, Instruktur, dan Staf Jurusan Gizi serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap mendapat saran dan masukan untuk melengkapi skripsi ini.

Lubuk Pakam, 03 September 2026

Pradita Anggraini Putri.S

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 LAMPIRAN	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Gizi Pada Balita	6
B. Balita Bermasalah Gizi.....	9
C. Asupan Zat Gizi.....	12
D. Berat Badan	18
E. Pemberian Makanan Tambahan Pangan Lokal Untuk Balita.....	19
F. Ikan Siwake	21
G. Tepung Ikan Siwake.....	22
H. Kerangka Teori.....	24
I. Kerangka Konsep.....	26
J. Definisi Operasional	27
K. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29

D. Prosedur Pembuatan Tepung Ikan Modifikasi SNI 2715:2013.....	30
E. Perkedel Tahu Daging.....	31
F. Fish Roll	32
G. Bola Kentang Isi Ayam	34
H. Tahu Bakso.....	36
I. Nugget Tempe Siwake	37
J. Telur Bantal	39
K. Makanan Lengkap	40
L. Prosedur Penelitian.....	44
M. Diagram Alir Prosedur Intervensi.....	47
N. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	48
O. Pengolahan dan Analisis Data	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil.....	52
B. Pembahasan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 2. Surat Balasan Desa Dalu Sepuluh A	83
Lampiran 3. Surat <i>Ethical Clearance</i>	84
Lampiran 4. Master Tabel Karakteristik Balita.....	85
Lampiran 5. Master Tabel Status Gizi Balita	86
Lampiran 6. Master Tabel Asupan Zat Gizi Balita	87
Lampiran 7. Master Tabel Kontribusi Jenis PMT* terhadap AKG (%)	88
Lampiran 8. Master Tabel Waktu Penerimaan PMT oleh Responden dan Persentasi Konsumsi PMT	90
Lampiran 9. Pengolahan Data	91
Lampiran 10. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	98
Lampiran 11. Dokumentasi Skrining Balita	101
Lampiran 12. Dokumentasi 14 Hari Intervensi.....	102
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	104
Lampiran 14. Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	107
Lampiran 15. Formulir Kontrol Konsumsi Makanan Tambahan.....	108
Lampiran 16. Data Identitas Sampel dan Responden.....	109
Lampiran 17. Informed Consent	110
Lampiran 18. Formulir <i>Food Recall</i> 1 X 24 Jam Individu	113
Lampiran 19. Formulir Kontrol Konsumsi Makanan Tambahan Balita	115
Lampiran 20. Bukti Bimbingan Skripsi	116

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Anak Balita.....	8
Tabel 2. Kategori dan Ambang Status Gizi Anak.....	9
Tabel 3. Standar Makanan Tambahan Pada Balita	21
Tabel 4. Kandungan Gizi Ikan Siwake Per 100 Gram	22
Tabel 5. Kandungan Gizi Tepung Ikan Siwake	23
Tabel 6. Definisi Operasional	27
Tabel 7. Bahan Perkedel Tahu Daging Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	31
Tabel 8. Nilai Gizi Perkedel Tahu Daging.....	31
Tabel 9. Bahan Fish Roll Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	32
Tabel 10. Nilai Gizi Fish Roll.....	33
Tabel 11. Bahan Bola Kentang Isi Ayam Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	34
Tabel 12. Nilai Gizi Bola Kentang Isi Ayam.....	35
Tabel 13. Bahan Tahu Bakso Untuk 1 Hari Per 20 Sampel.....	36
Tabel 14. Nilai Gizi Tahu Bakso.....	36
Tabel 15. Bahan Nugget Tempe Siwake Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	37
Tabel 16. Nilai Gizi Nugget Tempe Siwake	38
Tabel 17. Bahan Telur Bantal Untuk 1 Hari Per 20 Sampel.....	39
Tabel 18. Nilai Gizi Telur Bantal.....	40
Tabel 19. Bahan Makanan Lengkap Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	41
Tabel 20. Nilai Gizi Makanan Lengkap.....	41
Tabel 21. Bahan Bakso Siwake Untuk 1 Hari Per 20 Sampel	42
Tabel 22. Nilai Gizi Bakso Siwake	43
Tabel 23. Produk Pemberian Makanan Tambahan	45
Tabel 24. Jumlah Penduduk Menurut Usia di Desa Dalu Sepuluh A	52
Tabel 25. Distribusi Responden berdasarkan Pendidikan.....	53
Tabel 26. Distribusi Responden berdasarkan Pekerjaan	54
Tabel 27. Distribusi Sampel berdasarkan Usia	54
Tabel 28. Distribusi Sampel berdasarkan Jenis Kelamin.....	55
Tabel 29. Distribusi Sampel berdasarkan Status Gizi.....	56

Tabel 30. Hasil Konsumsi PMT Minggu Ke-1	57
Tabel 31. Hasil Konsumsi PMT Minggu Ke-2	58
Tabel 32. Rata-rata Asupan Energi sebelum dan sesudah intervensi.....	59
Tabel 33. Rata-rata Asupan Protein sebelum dan sesudah intervensi.....	60
Tabel 34. Rata-rata Asupan Lemak sebelum dan sesudah intervensi	61
Tabel 35. Berat Badan Sebelum dan Sesudah.....	62

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ikan Siwake (<i>Spratelloides gracilis</i>)	21
Gambar 2. Tepung Ikan Siwake.....	23
Gambar 3. Kerangka Teori.....	25
Gambar 4. Kerangka Konsep	26
Gambar 5. Bentuk Rancangan <i>One Group Pre Post Test</i>	29
Gambar 6. Bagan Alir Pembuatan Tepung Ikan	30