

**PENGARUH EDUKASI TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP
PERILAKU IBU SISWA PAUD KARTINI DI DESA WONOSARI
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**

SKRIPSI



**RONAULI SARI GREISELA SIANTURI
P01031219148**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2023**

**PENGARUH EDUKASI TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP
PERILAKU IBU SISWA PAUD KARTINI DI DESA WONOSARI
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**

Skripsi diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**RONAULI SARI GREISELA SIANTURI
P01031219148**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2023**

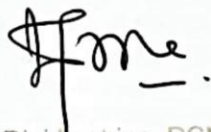
PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Edukasi Tentang Gizi
Seimbang Terhadap Perilaku Ibu
Siswa PAUD Kartini Di Desa Wonosari
Kecamatan Tanjung Morawa
Nama Mahasiswa : Ronauli Sari Greisela Sianturi
Nomor Induk Mahasiswa : P01031219148
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

Menyetujui



Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
Pembimbing Utama / Ketua Penguji



Dini Lestrina, DCN, M. Kes
Penguji I



Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes
Penguji II

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Riris Oppusunggu, S.pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 19 Juni 2023

ABSTRAK

RONAULI SARI GREISELA SIANTURI “(PENGARUH EDUKASI TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP PERILAKU IBU SISWA PAUD KARTINI DI DESA WONOSARI KECAMATAN TANJUNG MORAWA)”
(DIBAWAH BIMBINGAN TETTY HERTA DOLOKSARIBU)

Usia dini merupakan masa emas (*Golden periode*), dan juga masa kritis (*Critical period*). Asupan gizi yang seimbang akan membuat anak tumbuh sehat dan cerdas. Pemenuhan gizi anak sangat tergantung kepada orang tua

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang gizi seimbang terhadap perilaku ibu siswa PAUD Kartini di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa.

Penelitian ini merupakan eksperimen semu menggunakan rancangan *one Group Pre-Post test* yang dilakukan pada bulan Februari hingga Mei 2023 di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa. Sampel penelitian ini adalah 35 orang ibu siswa PAUD. Intervensi berupa edukasi menggunakan metode ceramah dan tanya jawab dengan alat bantu media *leaflet* diberikan 3 kali. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi meliputi pengetahuan, sikap dan praktik ibu tentang gizi seimbang. Data pengetahuan, sikap dan praktik dianalisis dengan Uji *Wilcoxon*

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan ibu siswa PAUD meningkat signifikan sebesar 4.7 ($p=0,000$) setelah edukasi dibandingkan sebelum edukasi. Rata-rata skor sikap ibu siswa PAUD meningkat secara signifikan sebesar 4.0 ($p=0,000$) setelah edukasi dibandingkan sebelum edukasi. Praktek rata-rata frekuensi konsumsi makanan utama 3.0 menjadi 3.2 ($p<0,05$), makanan selingan 2.0 menjadi 2.4 ($p<0,05$), konsumsi sayuran 1.5 menjadi 2.3 ($p<0,05$) dan konsumsi buah-buahan 1.1 menjadi 2.4 ($p<0,05$). Meningkat signifikan setelah diberikan edukasi tentang gizi seimbang. Dengan demikian, edukasi tentang gizi seimbang berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan, sikap dan praktik ibu siswa PAUD di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa.

Kata Kunci: Gizi Seimbang, Ibu, Siswa Paud

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Edukasi tentang Gizi Seimbang terhadap perilaku orang tua siswa PAUD Kartini Di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa”**.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan
2. Bernike Doloksaribu SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan
3. Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan masukan, saran dan motivasi dalam menyusun Skripsi
4. Dini Lestrina, DCN, M.Kes sebagai Penguji I yang memberikan masukan dan bimbingan
5. Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes sebagai Penguji II yang memberikan masukan dan bimbingan
6. Susmurkila selaku kepala sekolah PAUD Kartini di Desa Wonosari dan Merry Harianja selaku tenaga Pelaksana Gizi di Dalu X Kec. Tanjung Morawa
7. Orang tua saya, ayah Robinson Sianturi dan Ibu Elfrina Manullang yang selalu mendoakan saya, mendukung serta memberikan motivasi dan pengorbanannya baik dari segi moral dan materi dan saudara-saudari saya, Rori Tio Kristina Sianturi, Edo Pandapotan Sianturi, dan Eben Heazer Parasian Sianturi, yang selalu mendukung saya
8. Sahabat saya Cora Kate, Lina Erika dan Pretty terima kasih telah menemani sampai sejauh ini
9. Sahabat seperjuangan angkatan 2019 Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika dan teman satu bimbingan terima kasih atas kerja sama, motivasi dan dukungan
10. Untuk diri sendiri, Ronauli Sari G.S. Terima kasih karena sudah mau berjuang untuk segala hal, sudah berani sepanjang jalan ini, tidak menyerah walau seringkali merasa kalah dan terimakasih sudah berhasil sampai di titik ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Namun demikian, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Atas perhatiannya penulis ucapkan terima kasih

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Anak Usia Dini.....	5
B. Gizi Seimbang.....	5
C. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD).....	9
D. Masalah Pendidikan Anak Usia Dini	9
E. Edukasi Gizi	10
F. Perilaku	11
G. Kerangka Teori.....	13
H. Kerangka Konsep.....	14
I. Defenisi Operasional.....	15
J. Hipotesis	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
A Lokasi dan Waktu Penelitian	17
B Jenis dan Rancangan Penelitian.....	17
C Populasi dan Sampel Penelitian.....	17
D Tahapan Edukasi Gizi Seimbang	18
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	19
F. Pengolahan dan Analisis Data	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil	23
B. Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA.....	39
Lampiran.....	41

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Kebutuhan Zat Gizi Anak Usia 4-6 tahun	8
2. Defenisi Operasional	15
3. Distribusi Ibu Berdasarkan Umur	23
4. Distribusi Ibu Berdasarkan Tingkat Pendidikan	24
5. Distribusi Ibu Berdasarkan Pekerjaan	24
6. Distribusi Anak PAUD Berdasarkan Umur	24
7. Distribusi Anak PAUD Berdasarkan Jenis Kelamin	25
8. Distribusi Anak PAUD Menurut Status Gizi Indeks BB/U	25
9. Distribusi Anak PAUD Menurut Status Gizi Indeks PB/U	25
10. Distribusi Anak PAUD Menurut Status Gizi Indeks BB/PB	26
11. Rata-Rata Skor Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang.....	27
12. Distribusi Kategori Pengetahuan tentang Gizi Seimbang	27
13. Distribusi presentase ibu menjawab benar dan salah pada pertanyaan pengetahuan tentang gizi seimbang	28
14. Rata-rata Skor Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang	29
15. Distribusi Kategori Sikap tentang Gizi Seimbang	29
16. Distribusi ibu menurut jawaban setuju terhadap sikap positif	30
17. Distribusi ibu menurut jawaban tidak setuju terhadap sikap negatif...30	
18. Rata-rata Frekuensi Makanan Utama	31
19 Rata-rata Frekuensi Makanan Selingan.....	31
20 Rata-Rata Frekuensi Konsumsi Kelompok Pangan Sayuran	32
21 Rata-Rata Frekuensi Makan Buah-Buahan	32
22 Anjuran Jumlah Porsi Anak Usia 4-6 Tahun	54
23. Contoh Menu Sehari	55

DAFTAR GAMBAR

No.		Halaman
1	Isi Piringku Sajian Sekali Makan	6
2	Prinsip Gizi Seimbang	6
3	Kerangka Teori	13
4	Kerangka Konsep	14
5	Bentuk Rancangan <i>One Group Pre-Post Test</i>	17
6	Sumber Informasi Gizi Seimbang	26
7	Presentase Masalah Gizi Usia 4-6 Tahun.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1	Data Survei Penelitian..... 41
2	Satuan Acara Edukasi..... 42
3	Materi Edukasi Pertama..... 43
4	Materi Edukasi kedua..... 44
5	Materi Edukasi Ketiga 60
6	Media Edukasi Gizi Seimbang 63
7	Kuesioner Penelitian 64
8	Lembar Responden Penelitian 65
9	Karakteristik Sampel 66
10	Pernyataan Keaslian Skripsi..... 67
11	Daftar Riwayat Hidup 69
12	Tabel Master Data Sampel Penelitian 70
13	Tabel Master Data Anak Paud Kartini 71
14	Tabel Master Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah 71
15	Tabel Master Nilai Pengetahuan 73
16	Tabel Master Nilai Sikap 73
17	Tabel Master Praktik 74
18	Output Analisis Data Penelitian..... 76
19	Dokumentasi 92
20	Bukti Bimbingan Skripsi 97
21	Surat Izin Penelitian..... 100
22	Surat Balasan Lampiran 102