

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG  
GIZI SEIMBANG PADA IBU BALITA MELALUI  
PENYULUHAN DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA  
*LEAFLET* DI POSYANDU RW 07 RT 05 DESA KANCI  
KECAMATAN ASTANAJAPURA KABUPATEN CIREBON  
TAHUN 2023**

**TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun Oleh :

**WIDYANINGRUM**

NIM.P20631220039

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
PRODI D III GIZI CIREBON**

Jalan Ks. Tubun No.58 Kota Cirebon Telp/Fax (0231) 8800122

**2023**

# **Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Melalui Penyuluhan dengan Menggunakan Media *Leaflet* Di Posyandu RW 07 RT 05 Desa Kanci Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon Tahun 2023**

Widyaningrum<sup>1</sup>, Dr. Hari Santoso, SKM, M.Epid, M.HKes<sup>2</sup>

## **INTISARI**

Gizi seimbang adalah susunan makanan dari beragam bahan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan tubuh, baik secara kualitas maupun kuantitasnya. Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan menggunakan kuesioner yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa ibu balita di desa Kanci sebanyak 53,5% (8 dari 15 ibu balita) memiliki pengetahuan yang sangat rendah mengenai gizi seimbang pada balita. Hal ini memberikan gambaran bahwa permasalahan gizi pada masyarakat di desa Kanci tersebut masih terbilang tinggi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pre Eksperimen (rancangan eksperimen semu) dengan desain *One Group Pre-Post Test*. Pada rancangan ini tidak terdapat kelompok pembandingan (kontrol), melainkan dilakukan observasi pertama (*pre-test*) dan observasi kedua (*post-test*). Sampel dalam penelitian ini adalah ibu balita di Posyandu Rw 07 Rt 05 desa Kanci Kecamatan Astanajapura yang hadir pada saat penelitian dilaksanakan dan telah bersedia menjadi responden. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa form pengetahuan tentang gizi seimbang balita. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu berupa analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai gizi seimbang balita menggunakan media *leaflet* yang dilakukan pada 58 ibu balita di Posyandu Rw 07 Rt 05 desa Kanci Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon tingkat pengetahuan ibu balita sebelum diberikan penyuluhan dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 8 responden (13,8%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 34 responden (58,6%), dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 16 responden (27,6%). Sedangkan setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil bahwa ibu balita dengan tingkat pengetahuan baik yaitu meningkat menjadi sebanyak 29 responden (50%), tingkat pengetahuan cukup 26 orang (44,8%), dan tingkat pengetahuan kurang 3 responden (5,2%).

**Kata Kunci** : Gizi Seimbang Balita, Ibu Balita, *Leaflet*, Pengetahuan, Penyuluhan

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT , atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **“Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Melalui Penyuluhan dengan Menggunakan Media *Leaflet* Di Posyandu RW 07 RT 05 Desa Kanci Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon Tahun 2023”** tepat pada waktunya.

Penyusunan Tugas Akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Gizi di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Uun Kunaepah, SST, M.Si. selaku Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon, yang telah memberikan saran dan masukan selama penyusunan penelitian ini.
2. Bapak Dr. Hari Santoso, SKM, M.Epid, M.HKes. selaku pembimbing yang telah memberikan semangat, masukan, arahan, dan telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Ibu Dewi Vimala, SST, MPH selaku penguji I yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ibu Dr.Hj.Wiwit Estuti, STP, M.Si selaku penguji II yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Seluruh dosen dan staff Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya wilayah Cirebon.

6. Teristimewa untuk kedua orang tua saya bapak Eddy Soekarno dan Ibu Toyibah, kakak serta adik saya Taufik Ismail dan Adibah Abqariah, dan keluarga tersayang, yang telah banyak memberi doa, kasih sayang yang begitu besar dan motivasi serta pengorbanan berupa moril maupun materil yang tidak terbatas.
7. Ketiga sahabat tersayang saya Syafnia Afifah, Nyimas Nurillah, dan Nurul Qomariyah yang selalu menemani disaat suka maupun duka, selalu memberikan segala dukungan, doa, waktu luang, dan motivasi serta saran selama masa pendidikan dan pembuatan tugas akhir ini.
8. Teman–teman seperjuangan di Program Studi D III Gizi Cirebon kelas Tingkat 3A dan Angkatan 11 “Kenzius” yang senantiasa berjuang bersama selama menempuh pendidikan.
9. *Last but not least*, teruntuk diri sendiri terimakasih sudah mau bertahan dan berjuang sampai selama ini, terimakasih sudah menjadi seorang anak perempuan yang kuat pada proses yang begitu rumit, dan terimakasih juga kepada diri sendiri yang telah sabar melewati banyak hal hingga saat ini maupaun nanti.

Semoga apa yang telah diberikan dari semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan ini mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan karya penulis yang akan datang. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukannya, khususnya bagi penulis.

Cirebon, Oktober 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>INTISARI</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
A. Tujuan Teori.....	8
1. Gizi Seimbang.....	8
2. Balita .....	19
3. Pengetahuan.....	20
4. Penyuluhan .....	24
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep .....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	33
A. Jenis Penelitian .....	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	35
C. Populasi dan Sampel.....	35
1. Populasi .....	35
2. Sampel .....	35
3. Besar Sampel .....	36
4. Teknik Sampling.....	36
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	37

1. Variabel .....	37
2. Definisi Operasional.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data .....	40
1. Jenis Data.....	40
2. Cara Pengumpulan Data .....	40
3. Instrumen Penelitian.....	42
F. Pengolahan dan Analisis Data .....	42
1. Pengolahan Data .....	42
2. Analisis Data.....	44
G. Jalannya penelitian.....	45
1. Tahap Persiapan .....	45
2. Tahapan Pelaksanaan .....	46
3. Tahap Akhir .....	46
4. Keterbatasan Penelitian .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>48</b>
A. Hasil.....	48
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	48
2. Status Hubungan Darah Antara Responden dengan Balita.....	49
3. Perubahan Tingkat Pengetahuan Responden tentang Gizi Seimbang Balita Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Media <i>Leaflet</i> .....	51
4. Tingkat Pengetahuan Responden tentang Gizi Seimbang Balita Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Media Leaflet .....	54
B. Pembahasan.....	55
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
A. Simpulan .....	61
B. Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Table 1. Kebutuhan Gizi Balita .....</b>	<b>20</b>
<b>Table 2. Definisi Operasional .....</b>	<b>38</b>
<b>Table 3. Responden .....</b>	<b>49</b>
<b>Table 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....</b>	<b>49</b>
<b>Table 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan .....</b>	<b>50</b>
<b>Table 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....</b>	<b>50</b>
<b>Table 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas .....</b>	<b>50</b>
<b>Table 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Minat .....</b>	<b>51</b>
<b>Table 9. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Usia Sebelum dan Sesudah Intervensi .....</b>	<b>51</b>
<b>Table 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Pekerjaan Sebelum dan Sesudah Intervensi .....</b>	<b>52</b>
<b>Table 11. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Tingkat Pendidikan Sebelum dan Sesudah Intervensi .....</b>	<b>52</b>
<b>Table 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Paritas Sebelum dan Sesudah Intervensi .....</b>	<b>53</b>
<b>Table 13. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Minat Sebelum dan Sesudah Intervensi .....</b>	<b>53</b>
<b>Table 14. Tingkat Pengetahuan Ibu Balita tentang Gizi Seimbang Balita Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1. Isi Piringku.....</b>	<b>10</b>
<b>Gambar 2. Kerangka Teori .....</b>	<b>31</b>
<b>Gambar 3. Kerangka Konsep.....</b>	<b>32</b>
<b>Gambar 4. Desain Penelitian .....</b>	<b>33</b>
<b>Gambar 5. Tahap Penelitian .....</b>	<b>34</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian .....</b>	<b>67</b>
<b>Lampiran 2. <i>Informed Consent</i> .....</b>	<b>68</b>
<b>Lampiran 3. Kuesioner Penelitian .....</b>	<b>69</b>
<b>Lampiran 4. Media <i>Leaflet</i> Gizi Seimbang Balita .....</b>	<b>74</b>
<b>Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian .....</b>	<b>75</b>