



TUGAS AKHIR

**Peningkatan Pengetahuan
Keanekaragaman Makanan Melalui
Penyuluhan Menggunakan Media Booklet
pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10
Desa Panguragan Wetan Kecamatan
Panguragan Kabupaten Cirebon**

Ginna Amalia

P2.06.31.2.22.056

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025



TUGAS AKHIR

**Peningkatan Pengetahuan
Keanekaragaman Makanan Melalui
Penyuluhan Menggunakan Media Booklet
pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10
Desa Panguragan Wetan Kecamatan
Panguragan Kabupaten Cirebon**

Ginna Amalia

P2.06.31.2.22.056

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

INTISARI

"Peningkatan Pengetahuan Keanekaragaman Makanan Melalui Penyuluhan Menggunakan Media *Booklet* pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10 Desa Panguragan Wetan Kecamatan Panguragan Kabupaten Cirebon"

Ginna Amalia¹, Priyo Sulistiyono²

Keanekaragaman makanan adalah komponen vital yang memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak. Makanan yang beragam dapat didefinisikan berbagai jenis makanan yang dikonsumsi beranekaragam baik antar kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi status gizi anak usia 0-59 bulan secara nasional yaitu underweight 15,9%, stunting 21,5%, wasting 10,6, overweight dan obesitas 4,2%. Upaya mengatasi masalah gizi yaitu melalui peningkatan pengetahuan ibu dengan melakukan penyuluhan gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan pengetahuan keanekaragaman makanan melalui penyuluhan dengan media *booklet* pada ibu balita.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Pre Eksperimen (rancangan eksperimen semu) dengan desain One Group Pre-Post Test. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2025. Tempat penelitian ini dilakukan di Posyandu Nusa Indah 10 Desa Panguragan Wetan Kecamatan Panguragan Kabupaten Cirebon. Penelitian ini dilakukan pada ibu balita yang berjumlah 57 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner (angket). Analisis data secara subjektif.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 88,5% responden mengalami peningkatan nilai pengetahuan dan 10,8% responden dengan nilai pengetahuan tetap. Nilai pengetahuan responden 45,9% dari cukup menjadi baik, 21,6% responden tetap pada kategori baik, 10,8% responden responden mengalami peningkatan dari kurang menjadi baik, dan 21,6% responden dari kurang menjadi cukup.

Penelitian ini diharapkan, dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang keanekaragaman makanan. Sehingga dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari. Media *booklet* dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita di posyandu.

Kata Kunci : *Booklet*, Ibu balita, Keanekaragaman Makanan, Pengetahuan, Penyuluhan

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya

PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Keanekaragaman Makanan melalui Penyuluhan Menggunakan Media *Booklet* pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10 Desa Panguragan Wetan Kecamatan Panguragan Kabupaten Cirebon”. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, pada para sahabat, keluarga serta kita selaku umatnya yang semoga setia hingga akhir zaman.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si selaku Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang penuh terhadap penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
2. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM selaku dosen pembimbing proposal penelitian yang telah memberikan banyak bimbingan, petunjuk, pengarahan, dan saran dengan penuh kesabaran, sehingga Proposal Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
3. Bapak Harum Rohgunanto, SKM, M.Eng selaku penguji I yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, pengarahan, dan saran sehingga Proposal Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
4. Ibu Dewi Vimala, SST, MPH selaku penguji II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, pengarahan, dan saran, sehingga Proposal Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
5. Teristimewa kepada kedua orang tua saya tercinta Bapak Supriyadi dan Ibu Nur'aeni dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Terima kasih atas doa, cinta, kepercayaan, dan segala bentuk yang telah diberikan, sehingga penulis merasa terdukung di segala pilihan dan keputusan yang diambil oleh penulis.
6. Kepada dua saudara saudari kandung saya, Kukuh Ivan Apriyadi, dan Mahda Bilqis. Terima kasih yang sangat mendalam atas cinta, dukungan, doa, nasihat, dan semangat kepada penulis selama menempuh pendidikan di perkuliahan.
7. Kepada teman-teman “ALLAHU AKBAR” yang selalu menemani proses penulis, memberikan dukungan, motivasi, dan menjadi tempat keluh kesah,

serta memberikan semangat yang luar biasa sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir ini, terima kasih selalu ada dalam masa-masa sulit penulis.

8. Terakhir, untuk wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, yaitu diriku sendiri Ginna Amalia. Terima kasih untuk diriku sendiri, yang telah bertahan sejauh ini. Untuk semua malam yang dilewati dengan lelah, pagi-pagi penuh keraguan, dan hari-hari yang terasa berat. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah, meskipun sempat ingin berhenti. Terima kasih telah terus berjalan, walau pelan. Terima kasih sudah percaya bahwa semua proses ini layak diperjuangkan. Perjalanan ini tidak mudah, tapi aku berhasil. Bukan karena aku sempurna, tapi karena aku tidak berhenti. Semoga langkah-langkah ke depan bisa terus dijalani dengan keberanian yang sama. Berbahagialah selalu dengan dirimu, Ginna. Rayakan kehadiranmu sebagai berkah dimana pun kamu menjejakkan kaki.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna sehingga memiliki banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk penyempurnaan yang lebih lanjut.

Cirebon, 22 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	2
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Prodi D III Gizi Cirebon	7
2. Bagi Masyarakat.....	7
3. Bagi Peneliti	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
1. Keanekaragaman Makanan	8
2. Balita	11
3. Pengetahuan	12
4. Penyuluhan.....	18
5. Media.....	20
6. Media Booklet.....	23

B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
1. Waktu Penelitian	29
2. Tempat Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	30
1. Variabel.....	30
2. Definisi Operasional.....	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	32
1. Jenis Data	32
2. Cara Pengumpulan Data.....	33
3. Instrumen Penelitian.....	35
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	37
1. Teknik Pengolahan Data	37
2. Analisis Data	39
G. Jalannya Penelitian	40
A. Tahap Persiapan	40
B. Tahap Pelaksanaan	40
C. Tahap Akhir	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. HASIL.....	43
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	43
2. Karakteristik Responden	43

3. Tingkat Pengetahuan Responden	44
4. Perubahan Pengetahuan Responden.....	46
B. Pembahasan	46
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kebutuhan Gizi Balita.....	12
Tabel 2. Definisi Operasional	31
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Kuesioner	36
Tabel 4. Hasil Uji Reabilitas Kuesioner.....	37
Tabel 5. Karakteristik Responden Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10	44
Tabel 7. Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Keanekaragaman Makanan Pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10	45
Tabel 8. Perubahan Pengetahuan Responden Tentang Keanekaragaman Makanan Pada Ibu Balita di Posyandu Nusa Indah 10	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep	26
Gambar 3. Desain Penelitian.....	27
Gambar 4. Tahap Penelitian	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Perizinan.....	56
Lampiran 2. Lembar Penjelasan dan Lembar Persetujuan.....	57
Lampiran 3. Informed Consent	59
Lampiran 4. Kuisioner Pre-test dan Post-Test	60
Lampiran 5. Uji Validitas Kuesioner	63
Lampiran 6. Uji Reabilitas Kuesioner.....	64
Lampiran 7. Media Booklet	65
Lampiran 8. Kuesioner Evaluasi	69
Lampiran 9. Kuesioner Uji Validitas Media	70
Lampiran 10. Pengolahan dan Analisis Data	71
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	73