



**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERHADAP
PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

**DISUSUN OLEH :
RIZKA DIANDA FADILLA
NIM. 152211147**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2023**

Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Kesehatan
Program Studi Kebidanan Sarjana
Skripsi, Februari 2023
Rizka Dianda Fadilla, Risma Alviani Putri
152211141

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERHADAP
PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

ABSTRAK

Latar Belakang : Gizi merupakan faktor mutlak yang dibutuhkan tubuh dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Tujuan Pedoman Gizi Seimbang untuk memberikan pedoman konsumsi makanan sehari-hari dan perilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi makanan bergizi seimbang, pola hidup bersih, olahraga, dan pengendalian berat badan yang teratur untuk mempertahankan berat badan normal. Faktor usia, pendidikan dan pekerjaan. Penelitian ini untuk mengidentifikasi Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu tentang Pedoman Gizi Seimbang Batita di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif desain eksperimen dengan desain penelitian quasi eksperimen dengan *one group pre test and post test design*. Sampel ibu yang memiliki batita sejumlah 20 orang menggunakan teknik Populasi. Penelitian ini dilaksanakan pada 12 Februari 2023. Data penelitian diuji normalitas data menggunakan uji *Saphiro Wilk*. Uji statistik menggunakan *paired t test* terhadap pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi didapatkan $p \text{ Value}=0.000(<0.05)$ menunjukkan ada pengaruh yang signifikan Pendidikan kesehatan melalui booklet.

Hasil : Gambaran pengetahuan responden pada saat sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media booklet. Rata-rata frekuensi sebelum dilaksanakan intervensi yaitu responden berpengetahuan baik 4 dan cukup 11 sedangkan saat diukur setelah diberikannya intervensi bertambah menjadi responden berpengetahuan baik 17 dan 3 cukup. Nilai pengaruh pendidikan kesehatan ini dapat dilihat dari nilai *T-test* yang diperoleh yaitu $0,000(<0,05)$.

Kesimpulan : Dapat disimpulkan adanya pengaruh setelah dilakukan Pendidikan kesehatan melalui media booklet menambah pengetahuan responden pada ibu tentang pedoman gizi seimbang

Kata Kunci : Pedoman Gizi Seimbang, Pengetahuan Ibu, Batita

Ngudi Waluyo University
Midwifery Study Program Undergraduate
Program of the Faculty of Health
Thesis, February 2023

Rizka Dianda Fadilla, Risma Aliviani Putri
152211141

THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION THROUGH THE MEDIA BOOKLET ON MOTHER'S KNOWLEDGE ABOUT BALANCED NUTRITION GUIDELINES IN THE WORKING AREA OF LEREP HEALTH CENTER, UNGARAN BARAT DISTRICT, SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background: Nutrition is an absolute factor needed by the body in the process of growth and development. The nutritional needs of children aged 1 to 3 years are increasing because this is an era of rapid growth and increased activity. The purpose of the Balanced Nutrition Guideline is to provide guidelines for daily food consumption and healthy behavior based on the principles of consuming a balanced nutritious diet, a clean lifestyle, regular exercise and weight control to maintain normal body weight. This study was to identify the effect of health education through media booklets on mothers' knowledge of toddler balanced nutrition guidelines in the work area of the Lerep Health Center. Respondents received health counseling assisted by booklet media.

Method: This research is a quantitative research with a quasi-experimental research design with one group pre test and post test design. A sample of 20 mothers with toddlers used the Accidental Sampling technique. This research instrument uses . This research was conducted for 1 day, namely in February 2023. The research data was tested for data normality using the Shapiro Wilk test. Statistical test using paired t test on mother's knowledge before and after intervention obtained p value = 0.000 (<0.05) indicating that there was a significant effect of health education through booklets.

Results: Description of each respondent's knowledge before and after the health education was carried out through the booklet media. The average frequency before the intervention was carried out, namely respondents with good knowledge were 4 and 11 were sufficient, while when it was measured after the intervention was given it increased to respondents with good knowledge 17 and 3 were sufficient. The value of the effect of y can be seen from the T-test value obtained, which is 0.000 (<0.05). These results can be interpreted that health education through booklet media increases the knowledge of respondents.

Conclusion: Based on the results of this study it can be concluded that there is an influence after carrying out health education through booklet media to increase the knowledge of respondents to mothers who have toddlers in the Lerep Health Center area

Keywords: Guidelines for Balanced Nutrition, Knowledge of Mothers, Toddlers

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERGADAP
PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT
KABUPATEN SEMARANG**

Disusun Oleh :

RIZKA DIANDA FADILLA

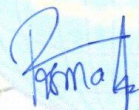
NIM. 152211147

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada

Hari : Selasa

Tanggal : 28 Februari 2023

Tim Penguji : Ketua / Pembimbing



Risma Aliviani Putri, S.Si.T., M.PH
NIDN. 0604068803

Anggota/Penguji 1



Wahyu Kristiningrum, S.Si.T., MH
NIDN. 0610048803

Anggota/Penguji 2



Vistra Veftisia, S.Si.T., MPH
NIDN. 0630108702

**Ketua Program Studi Kebidanan
Program Sarjana**



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes
NIDN.0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan




Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Rizka Dianda Fadilla
NIM : 152211147
Program Studi/Fakultas : S1 Kebidanan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN SEMARANG** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam Pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,



Risma Aliviani Putri, S.Si.T., MPH
NIDN.0604068803

Semarang, 14 Februari 2023
Yang membuat pernyataan,



Rizka Dianda Fadilla
NIM. 152211147

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rizka Dianda Fadilla
Nomor Induk Mahasiswa : 152211141
Program Studi Fakultas : Kebidanan Program Sarjana Kesehatan

Menyatakan memberi wewenang kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format-kan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN SEMARANG”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 27 Februari 2023
Yang Membuat Pernyataan



Rizka Dianda Fadilla

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Rizka Dianda Fadilla
 NIM : 152211141
 Tempat/Tanggal Lahir : Bekasi, 31 Maret 2000
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Unit Kerja : -
 Instansi : Universitas Ngudi Waluyo
 Alamat : Perumahan Bulak Kapal Permai Jl. Kerinci 5
 BLOK AD1 No.22 RT 16 RW 14, Jatimulya, Tambun Selatan,
 Bekasi Timur 50512
 Email : chachaaaap@gmail.com
 Riwayat Pendidikan :

Tahun Masuk-Tahun Lulus	Sekolah/PT
2005-2006	TK MUTIARA AMMAR MA'RUF
2006-2012	SDN Maargahayu XIX
2012-2015	MTSN 03 Kota Bekasi
2015-2018	SMA Bani Saleh
2018-2021	STIKes Medistra Indonesia
2021-Sekarang	Universitas Ngudi Waluyo

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG BATITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEREP KECAMATAN UNGARAN BARAT KABUPATEN SEMARANG”** untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Sarjana Kebidanan Transfer Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian Afriyani, S.SiT.M.Kes. selaku Ketua Program Studi Sarjana kebidanan Fakultas Kesehatan universitas Ngudi Waluyo.
4. Risma Aliviani Putri, S.SiT., MPH selaku pembimbing yang banyak meluangkan waktu, memberikan saran dan petunjuk serta motivasi dalam pembuatan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan rahmat dan berkat-Nya.
6. Orang tua tercinta, papa Eko Adi Priyono, S.OS., M.M., mama Dra. Entin Suhartini ,yang telah mendidik, mencurahkan semua kasih sayang tiada tara, mendo’akan keberhasilan penulis, serta memberikan bantuan baik moril maupun materil kepada penulis selama proses menyelesaikan skripsi ini.

7. Sahabat dan teman-teman Program Studi Sarjana kebidanan yang sudah memberikan semangat dan bantuan selama kuliah sampai akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
8. *Dear self, thank u for choosing to be strong everyday. Even when it's hard and everything is falling apart, u still manage to make things better. I'm proud of u, so keep it up. The world needs the magic inside u.*

Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu segala pendapat saran dan kritikan yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Mudah-mudahan Skripsi ini dapat bermanfaat untuk penulis dan pembaca pada umumnya.

Ungaran, 22 Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALIS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Pendidikan Kesehatan.....	8
B. Media	15
C. Pengetahuan.....	23
D. Batita.....	28
E. Pedoman Gizi Seimbang	30
F. Kerangka Teori.....	38
G. Kerangka konsep	39
H. Hipotesis	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Desain Penelitian	40
B. Lokasi Dan Waktu	41

C. Subyek penelitian	41
D. Variabel Penelitian	42
E. Defenisi Operasional.....	43
F. Pengumpulan Data	44
G. Pengolahan Data	49
H. Analisis Data	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian	55
B. Pembahasan.....	60
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	