

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DAN ISI PIRINGKU

ALFINA MUJTAHIDAH ZAEN



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2024

Alfina Mujtahidah Zaen
I1401201038

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

ALFINA MUJTAHIDAH ZAEN. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku. Dibimbing oleh HARDINSYAH.

Pengetahuan gizi ibu merupakan salah satu hal penting dalam perbaikan gizi ibu, anak, dan masyarakat karena ibu berperan utama sebagai pengasuh dan sumber informasi gizi dan kesehatan bagi anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan isi piringku. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-test post-test intervention* menggunakan data sekunder program Gerakan Edukasi Gizi dan Makan Bubur Bergizi (GEMA BUGIZI). Jumlah total subjek yang memenuhi kriteria inklusi penelitian sebanyak 542 ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan skor pengetahuan gizi seimbang, isi piringku, serta skor total gizi seimbang dan isi piringku. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan pada kegiatan “GEMA BUGIZI” berhasil meningkatkan pengetahuan gizi ibu.

Kata kunci: edukasi gizi, gizi seimbang, intervensi *pre-test post-test*, isi piringku, pengetahuan gizi ibu

ABSTRACT

ALFINA MUJTAHIDAH ZAEN. The Influence of Nutrition Education on Mother’s Knowledge about Balanced Diet and My Plate. Supervised by HARDINSYAH.

Mother’s nutritional knowledge is one of the important things in improving the nutrition of mothers, children, and society because mothers play a major role as caregivers and sources of nutrition and health information for family members. This study aims to analyze the effect of nutrition education on mother’s knowledge about balanced diet and my plate. This research applies a quantitative approach with a *pre-test post-test intervention* design using secondary data from the Nutrition Education Movement and Eating Nutritious Porridge (GEMA BUGIZI) program. The total number of subjects who met the research inclusion criteria was 542 mothers. The results of the study showed that the nutrition education carried out had a significant effect on increasing the knowledge score of balanced diet, my plate, as well as the total score of balanced diet and my plate. This shows that the nutrition education carried out in the “GEMA BUGIZI” activity was successful in increasing mother’s nutritional knowledge.

Keywords: balanced diet, mother's nutritional knowledge, my plate, nutrition education, *pre-test post-test* intervention



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DAN ISI PIRINGKU

ALFINA MUJTAHIDAH ZAEN

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1. Muhammad Aries, S.P., M.Si.



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku
Nama : Alfina Mujtahidah Zaen
NIM : 11401201038

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing :
Prof. Dr. Ir. Hardinsyah, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

Tanggal Ujian:
05 Juli 2024

Tanggal Lulus: 19 JUL 2024

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Oktober 2023 sampai bulan Januari 2024 ini adalah edukasi gizi, dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada dosen pembimbing, Prof. Dr. Ir. Hardinsyah, M.S. yang telah membimbing dan banyak memberi saran. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pembimbing akademik, moderator seminar, dan penguji sidang. Di samping itu, penghargaan penulis sampaikan kepada Perhimpunan Pakar Gizi dan Pangan Indonesia (PERGIZI PANGAN Indonesia) yang telah memberi akses kepada data edukasi gizi GEMA BUGIZI. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada ayah, ibu, keluarga, serta seluruh teman yang telah memberikan dukungan, doa, dan kasih sayangnya.

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juli 2024

Alfina Mujtahidah Zaen



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	6
3.2 Jumlah dan Tahapan Penapisan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	6
3.4 Pengolahan Data	8
3.5 Analisis Data	10
3.6 Definisi Operasional	12
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Karakteristik Sosio-demografi Ibu	14
4.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Pengetahuan Gizi Ibu	16
4.3 Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Isi Piringku	22
4.4 Korelasi Pengetahuan Gizi Ibu dengan Kebiasaan Sarapan dan Kudapan Ibu	25
4.5 Korelasi Pengetahuan Gizi Ibu dengan Komposisi Pangan Sarapan dan Jenis Pangan Kudapan Ibu	27
V SIMPULAN DAN SARAN	31
5.1 Simpulan	31
5.2 Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	36
RIWAYAT HIDUP	47

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR TABEL

3.1	Jenis dan sumber data	7
3.2	Variabel dan kategori pengukuran	9
4.1	Karakteristik sosio-demografi ibu	14
4.2	Korelasi <i>Rank Spearman</i> antara pengetahuan gizi ibu dan faktor sosio-demografi ibu	16
4.3	Uji beda skor pengetahuan gizi ibu pada kelompok faktor sosio-demografi yang berhubungan signifikan	18
4.4	Uji beda karakteristik ibu di lokasi semi-perkotaan dan perkotaan	19
4.5	Uji regresi linear berganda antara pengetahuan gizi ibu dengan usia ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, usia anak, jumlah anak, dan lokasi	21
4.6	Persentase jawaban benar aspek pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah edukasi gizi	23
4.7	Persentase jawaban benar aspek pengetahuan isi piringku sebelum dan setelah edukasi gizi	24
4.8	Rata-rata dan standar deviasi (SD) pengetahuan gizi seimbang dan isi piringku sebelum dan setelah edukasi gizi	24
4.9	Kebiasaan sarapan dan kudapan ibu	25
4.10	Korelasi <i>Rank Spearman</i> antara pengetahuan gizi ibu dengan kebiasaan sarapan dan kudapan ibu	27
4.11	Komposisi pangan sarapan dan jenis pangan kudapan ibu	28
4.12	Korelasi <i>Rank Spearman</i> antara pengetahuan gizi ibu dengan komposisi pangan sarapan dan jenis pangan kudapan ibu	30

DAFTAR GAMBAR

2.1	Skema kerangka pemikiran pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi ibu dan korelasi antara pengetahuan gizi ibu dengan faktor sosio-demografi dan pola makan ibu	5
3.1	Tahapan penapisan subjek penelitian	6

DAFTAR LAMPIRAN

1	<i>Ethical Clearance</i> Penelitian	37
2	Sebaran Responden GEMA BUGIZI	38
3	Kuesioner GEMA BUGIZI Identitas dan Karakteristik Subjek	40
4	Kuesioner GEMA BUGIZI Pengetahuan Gizi Seimbang	40
5	Kuesioner GEMA BUGIZI Pengetahuan Isi Piringku	42
6	Kuesioner <i>Online (Google Form)</i>	43