



PEMBERIAN EDUKASI TENTANG PENTINGNYA STATUS GIZI PADA IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH TERJADINYA PREEKLAMSIA MELALUI MEDIA GUIDEBOOK

MUTHIA PUTRI KHAIRANI



**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

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 LAPORAN PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan proyek akhir dengan judul “Pemberian Edukasi Tentang Pentingnya Status Gizi Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Terjadinya Preeklamsia Melalui Media *Guidebook*” 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 laporan proyek akhir ini.

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

Bogor, Juni 2025

Muthia Putri Khairani
J0306211140

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 mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

MUTHIA PUTRI KHAIRANI. Pemberian Edukasi Tentang Pentingnya Status Gizi pada Ibu Hamil untuk Mencegah Terjadinya Preeklamsia Melalui Media *Guidebook*. Dibimbing oleh ANI NURAENI.

Masa kehamilan adalah waktu yang sangat penting yang memerlukan perhatian khusus terhadap kebutuhan gizi, karena kekurangan nutrisi dapat berakibat buruk bagi kesehatan ibu dan pertumbuhan janin. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang pentingnya status gizi bagi ibu hamil dalam upaya mencegah preeklamsia melalui penggunaan *guidebook*. Metode yang digunakan adalah desain eksperimen dengan pendekatan one group pre-test post-test, dengan melibatkan 33 orang ibu hamil sebagai peserta. Data diperoleh melalui kuesioner untuk menilai pengetahuan sebelum dan setelah mendapatkan edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman ibu hamil mengenai status gizi dan preeklamsia setelah menyelesaikan sesi penyuluhan. *Guidebook* terbukti efektif dalam menyampaikan informasi yang diperlukan, sehingga ibu hamil menjadi lebih memahami pentingnya menjaga pola makan yang seimbang. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih baik bagi ibu hamil, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan selama periode kehamilan.

Kata kunci: edukasi gizi, *guidebook*, ibu hamil, preeklamsia, status gizi

ABSTRACT

MUTHIA PUTRI KHAIRANI. *Providing Education on the Importance of Nutritional Status in Pregnant Women to Prevent Preeclampsia through Guidebook Media. Supervised by ANI NURAENI.*

Pregnancy is a very important time that requires special attention to nutritional needs, because nutritional deficiencies can have adverse effects on maternal health and fetal growth. This study aims to provide information about the importance of nutritional status for pregnant women in an effort to prevent preeclampsia through the use of guidebooks. The method used was an experimental design with a one group pre-test post-test approach, involving 33 pregnant women as participants. Data was obtained through a questionnaire to assess knowledge before and after receiving education. The results showed a significant increase in pregnant women's understanding of nutritional status and preeclampsia after completing the counseling session. The guidebook proved to be effective in delivering the necessary information, so that pregnant women better understand the importance of maintaining a balanced diet. It is hoped that this study can be a reference for the development of better nutrition education programs for pregnant women, as well as increasing awareness of the importance of health during the pregnancy period.

Keywords: *guidebook, nutrition education, nutritional status, pregnant women, preeclampsia*



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, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



PEMBERIAN EDUKASI TENTANG PENTINGNYA STATUS GIZI PADA IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH TERJADINYA PREEKLAMSIA MELALUI MEDIA GUIDEBOOK

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 mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

MUTHIA PUTRI KHAIRANI

Laporan Proyek Akhir
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan pada
Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi

**MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

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.

Penguji pada Ujian Laporan Akhir: Mia Mustika Huria Utami, S.Gz., M.Gz



Judul Laporan : Pemberian Edukasi Tentang Pentingnya Status Gizi pada Ibu Hamil untuk Mencegah Terjadinya Preeklamsia Melalui Media *Guidebook*.

Nama : Muthia Putri Khairani J0306211140

@Hak cipta milik IPB University

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.

Disetujui Oleh:

Pembimbing Akademik:
Ani Nuraeni S.Pd., M.Pd

Diketahui Oleh:



Ketua Program Studi:
Annisa Rizkiriani S.Gz., M.Si.
NIP. 201811198808132007

Dekan Sekolah Vokasi:
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T.
NIP. 196607171992031003



Puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga laporan proyek akhir ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan pada bulan September sampai dengan Maret 2025 ini adalah "Pemberian Edukasi Tentang Pentingnya Status Gizi Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Terjadinya Preeklamsia Melalui Media *Guidebook*".

Terima kasih penulis ucapan kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian proyek akhir ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Ani Nuraeni, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan berupa arahan, kritik membangun, saran dan motivasi pada penulis sehingga laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan.
2. Mia Mustika Huria Utami, S.Gz., M.Gz. selaku Dosen Moderator Seminar dan Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis demi kebaikan dan kelengkapan laporan tugas akhir ini.
3. Kepala puskesmas, bidan dan ibu hamil yang telah memberikan izin serta dukungan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Puskesmas Sempur Bogor sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan.
4. Keluarga penulis, ayah, ibu dan adik-adik yang selalu memberikan doa serta dukungan penuh kepada penulis selama ini.
5. Seluruh teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas bantuannya secara tenaga, pemikiran dan banyak lainnya atas laporan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan proyek akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Semoga laporan proyek akhir ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juni 2025

Muthia Putri Khairani



DAFTAR ISI	
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	2
II KERANGKA PEMIKIRAN	3
2.1 Kerangka Pemikiran	3
III METODE PENELITIAN	4
3.1 Desain, Tempat dan Waktu Penelitian	4
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Contoh	4
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	5
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	5
3.5 Definisi Operasional	6
3.6 Penelitian Awal	7
3.7 Penyuluhan Pentingnya Status Gizi Pada Ibu Hamil	19
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1 Kajian Literatur	24
4.2 Gambaran Umum Materi Guidebook	31
4.3 Karakteristik Ibu Hamil	32
4.4 Efektivitas Penyuluhan Menggunakan Media Guidebook	34
4.5 Kelayakan Media Guidebook	38
V SIMPULAN DAN SARAN	40
5.1 Simpulan	40
5.2 Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	43
RIWAYAT HIDUP	68

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 mengurangi kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



1	Cara pengambilan data	5
2	Penelitian terdahulu	30
3	Karakteristik Ibu hamil berdasarkan usia	32
4	Karakteristik ibu hamil berdasarkan usia kehamilan	32
5	Karakteristik ibu hamil berdasarkan kehamilan ke-	33
6	Karakteristik ibu hamil berdasarkan pendidikan	33
7	Karakteristik ibu hamil berdasarkan pekerjaan	34
8	Karakteristik ibu hamil berdasarkan status gizi	34
9	Pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi	35
10	Hasil analisis statistik perbandingan pre-test dan post-test 1	38
11	Hasil analisis statistik perbandingan post-test 1 dan post-test 2	38
12	Uji kelayakan media guidebook	39

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pemikiran penelitian	3
2	Usia kehamilan	7
3	Jumlah kehamilan	8
4	Pemeriksaan gizi	8
5	Frekuensi konsumsi buah-buahan	9
6	Frekuensi konsumsi sayuran	9
7	Frekuensi konsumsi protein	10
8	Frekuensi konsumsi susu dan olahannya	10
9	Frekuensi makan dalam sehari	11
10	Edukasi tentang gizi	11
11	Mengonsumsi suplemen zat besi/vitamin	12
12	Mendengar tentang preeklamsia	12
13	Mengikuti penyuluhan mengenai preeklamsia	13
14	Mengetahui tanda dan gejala preeklamsia	13
15	Mengetahui pencegahan preeklamsia	14
16	Memiliki riwayat hipertensi	14
17	Mengalami preeklamsia	15
18	Rutin memeriksa tekanan darah	15
19	Mengalami pembengkakan	16
20	Frekuensi melakukan aktivitas fisik	16
21	Merokok/terpapar asap rokok	17
22	Frekuensi waktu tidur	17
23	Frekuensi melakukan pemeriksaan kehamilan	18
24	Mengikuti anjuran dokter/bidan	18
25	Menilai pengetahuan gizi	19
26	Tertarik mendapatkan informasi terkait gizi dan preeklamsia	19
27	Pembukaan penyuluhan	20
28	Mengerjakan pre-test	20
29	Penyampaian materi penyuluhan	21
30	Sesi tanya jawab	21



31	Mengerjakan post-test	22
32	Pemberian Hadiah	22
33	Dokumentasi kegiatan	23
34	Cover guidebook	31
35	Pengetahuan ibu hamil terkait status gizi dan preeklamsia	37

DAFTAR LAMPIRAN

1	Kuesioner penelitian awal (1)	44
2	Kuesioner penelitian awal (2)	44
3	Surat izin penelitian dari Sekolah Vokasi IPB	45
4	Surat izin penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Bogor	46
5	Formulir permohonan informasi publik	47
6	Undangan penyuluhan	48
7	Pre-test dan post-test penelitian (Modifikasi)	49
8	Hasil uji menggunakan SPSS	51
9	Guidebook	52

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 mengugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.