

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI
SEIMBANG PADA BALITA DI DESA PAGAR GUNUNG
KECAMATAN HALONGONAN KABUPATEN
PADANG LAWAS UTARA
TAHUN 2021**

SKRIPSI

**OLEH
DANIATI HARAHAP
20061056**



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2022**

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI
SEIMBANG PADA BALITA DI DESA PAGAR GUNUNG
KECAMATAN HALONGONAN KABUPATEN
PADANG LAWAS UTARA
TAHUN 2021**

**OLEH
DANIATI HARAHAHAP
20061056**

SKRIPSI

*Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Study Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan*

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2022**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Penelitian : Gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada
Balita di desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan
Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021
Nama : Daniati Harahap
NIM : 20061056
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan dihadapan Komisi pembimbing, Komisi
Penguji dan Ketua Sidang pada Ujian Akhir (Skripsi) Program Studi Kebidanan
Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota
Padangsidempuan dan dinyatakan LULUS pada tanggal 28 Maret 2022

Menyetujui
Komisi Pembimbing



Yulinda Aswan, SST, M.Keb
NIDN.0125079003



Nurul Hidayah Nasution, M.KM
NIDN. 0131129002

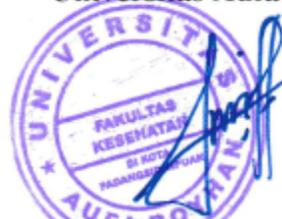
Mengetahui,

**Ketua Program Studi Kebidanan
Program Sarjana**



Nurel Hasan Siregar, SST, M.Keb
NIDN. 0122058903

**Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Aufa Royhan**



Arnil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Daniati Harahap
Tempat Tanggal Lahir : Hutaimbaru, 1 April 1990
Alamat : Balimbing, Kec. Halongonan Kabupaten
Padang Lawas Utara
No Telp/ HP : 0823641934100
Email : daniatiharahap@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SD : SD Negeri 142763 Hutaimbaru, Lulus Tahun 2003
2. SMP : SMP Negeri 3 Padang Bolak, Lulus Tahun 2006
3. SMA : SMA Negeri 1 Halongonan , Lulus Tahun 2009
4. Diploma III : Akademi Kebidanan Mitra Syuhada P.Sidimpuan,
Lulus Tahun 2012

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Daniati Harahap
NIM : 20061056
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan Judul “tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021”?.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari Komisi Pembimbing dan masukkan dari Komisi Penguji.
3. Skripsi ini merupakan tulisan ilmiah yang dibuat dan ditulis sesuai dengan pedoman penulisan serta tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam tulisan saya dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademi serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidempuan,
Pembuat Pernyataan

2022

Daniati Harahap
NIM : 20061056

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS
KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA
PADANGSIDIMPUAN**

Laporan Penelitian, Maret 2022

Danianti

Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021

Abstrak

Masalah gizi lebih adalah masalah gizi dinegara maju, yang juga mulai terlihat di negara-negara berkembang termasuk Indonesia sebagai dampak keberhasilan dibidang ekonomi. Berdasarkan laporan WHO menunjukkan kesehatan balita Indonesia terendah di ASEAN dengan peringkat ke 78 dari 170 negara, pemerintah Indonesia mengklaim 900 ribu Balita Indonesia mengalami gizi buruk. Angka tersebut menempatkan Indonesia di peringkat kelima di Dunia sebagai Negara dengan bayi kekurangan gizi terbanyak. Status gizi pada balita harus sangat dijaga dan diperhatikan secara serius dari orangtua, kerana terjadi malnutrisi pada masa ini akan bisa menyebabkan kerusakan yang irreversible. Penelitian ini bertujuan mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita. Metode dalam penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah ibu yang memililki balita sebanyak 72 orang. Sampel dalam penelitian ini 72 dengan menggunakan Teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 orang (30,6 %), cukup sebanyak 12 orang (16,7 %) dan pengetahuan kurang sebanyak 38 orang (52,8 %). Diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu balit agar alam penyediaan makanan dalam keluarga khususnya bagi balita dalam memperhatikan kebutuhan gizi seimbang balita.

**Kata Kunci :Pengetahuan, Gizi Seimbang, Balita
Daftar Pustaka 17 (2016-2020).**

**MIDWIFE PROGRAM OF HEALTH FACULTY
AT AUFA ROYHAN UNIVERSITY IN PADANGSIDIMPUAN**

Laporan Penelitian, Mart 2022

Research Report, February 2022

Danianti

Description of Mother's Knowledge Level About Balanced Nutrition in Toddlers in Pagar Gunung Village, Halongonan District, North Padang Lawas Regency in 2021

Abstract

The problem of overnutrition is a nutritional problem in developed countries, which is also starting to be seen in developing countries including Indonesia as a result of success in the economic field. Based on the WHO report showing the health of Indonesia's toddlers is the lowest in ASEAN with 78th rank out of 170 countries, the Indonesian government claims that 900,000 Indonesian toddlers are malnourished. This figure places Indonesia in fifth place in the world as the country with the most malnourished babies. The nutritional status of children under five must be taken seriously and seriously from parents, because malnutrition at this time can cause irreversible damage. This study aims to determine the level of knowledge of mothers about balanced nutrition in toddlers. The method in this research is descriptive. The population in this study were mothers who had children under five as many as 72 people. The sample in this study was 72 using total sampling technique. The results showed. The results showed that the level of good knowledge was 22 people (30.6%), 12 people were sufficient (16.7%) and 38 people had less knowledge (52.8%). It is expected to increase public knowledge, especially mothers of toddlers, so that the natural provision of food in the family, especially for toddlers, pays attention to the balanced nutritional needs of toddlers.

***Keywords :Knowledge, Balanced Nutrition, Toddler
Bibliography 17 (2016-2020).***

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan hidayahnya hingga penulis dapat menyusun skripsi penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021”.

Skripsi ini ditulis dan disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Kebidanan pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Arinil Hidayah, SKM, M. Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan
2. Nurelilasari Siregar, SST, M. Keb selaku Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan
3. Yulinda Aswan, SST, M. Keb, selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Nurul Hidayah Nasution, M. KM selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Arinil Hidayah, SKM, M. Kes, selaku ketua penguji yang telah memberikan saran dan kritik untuk menyempurnakan skripsi ini

6. Apt. Hasni Yaturramadhan, M.Farm, Selaku anggota penguji yang telah memberikan saran dan kritik untuk menyempurnakan skripsi ini
7. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan pada Program Studi kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa royhan di Kota Padangsidempuan
8. Kepada Keluarga Besar saya terutama kepada Kedua Orang Tua, suami yang telah memberikan dukungan moril kepada saya.
9. Kepada Teman-teman seperjuangan Program Studi Sarjana Kebidanan yang telah mencurahkan perhatian, kekompakan dan kerjasama demi kesuksesan bersama.

Kritik dan saran yang bersifat membangun penulis diharapkan berguna perbaikan dimasa mendatang. Amin

Padangsidempuan, Maret 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSYARATAN	
HALAMAN PERSETUJUAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	
ABSTRAK	
ABSTRACK	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR SKEMA	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
DAFTAR SINGKATAN.....	viii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 TujuanUmum.....	4
1.3.2 TujuanKhusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 ManfaatPraktis.....	5
1.4.2 ManfaatTeoritis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengetahuan	7
2.1.1 Defenisi.....	7
2.1.2 Aspek-AspekPengetahuan	7
2.1.3 Faktor-faktor Yang MempengaruhiPengetahuan.....	9
2.1.4 Tingkat Pengetahuan.....	11
2.2 Status GiziSeimbang	12
2.2.1 Konsep gizi seimbang	12
2.2.2 Manfaat Kebutuhan Gizi Seimbang	13
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian Makanan	15
2.2.4 Komponen gizi seimbang.....	16
2.2.5 Dampak Kekurangan gizi	19
2.3 KerangkaKonsep	21
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 JenisdanDesain Penelitian.....	22
3.2 Lokasi danWaktu Peneliti	22

3.2.1 Lokasi Penelitian	22
3.2.2 Waktu Penelitian	22
3.3 Populasi dan Sampel	23
3.3.1 Populasi	23
3.3.2 Sampel	23
3.4 Etika Penelitian	15
3.5 Instrumen Penelitian	16
3.6 Prosedur Pengumpulan Data	17
3.7 Defenisi Operasional	18
3.8 Pengolahandan analisa data	18
3.8.1 Pengolahan Data	18
3.8.2 Analisa Data	19
BAB 4 HASIL PENELITIAN	
4.1 Letak Geografi Tempat Penelitian	27
4.2 Analisa Data	27
BAB 5 PEMBAHASAN	
5.1 Karakteristik Responden	29
5.2 Gambaran pengetahuan ibu ibu tentang gizi seimbang pada balita Di desa pagar gunung kecamatan halongonan kabupaten padang Lawas utara	31
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan	33
6.2 Saran	33

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	23
Tabel 3.2 Defenisi Operasional	26
Tabel 4.1 Distribusi Karekteristik Responden	27
Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang	28

DAFTAR SKEMA

Halaman

Skema 1. Kerangka Konsep	21
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Surat Permohonan Survey
2. Surat Balasan Survey
3. Surat Izin Penelitian
4. Surat Balasan Izin Penelitian
5. Informed Consent
6. Permohonan Menjadi Responden
7. Kuesioner Penelitian
8. Master Data
9. Output SPSS
10. Dokumentasi Penelitian
11. Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

Singkatan	Nama
AKB	Angka Kematian Bayi
ASEAN	<i>Association of Southeast Asian Nations</i>
SUPAS	Suevey Penduduk Antar Sensus
SDKI	Survey Demografi Dan Kesehatan Indonesia
WHO	<i>World Health Organization</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi kurang masih tersebar luas di negara-negara berkembang termasuk di Indonesia. Pada sisi lain, masalah gizi lebih adalah masalah gizi di negara maju, yang juga mulai terlihat di negara-negara berkembang termasuk Indonesia sebagai dampak keberhasilan dibidang ekonomi. Penyuluhan gizi secara luas perlu digerakkan bagi masyarakat guna perubahan perilaku untuk meningkatkan keadaan gizinya (Almatsier, 2017).

Tingginya angka kematian bayi dan anak merupakan ciri yang umum dijumpai di negara-negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia. Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2019 menunjukkan AKB sebesar 22,23 per 1.000 kelahiran hidup, yang artinya sudah mencapai target SDGs 2019 sebesar 23 per 1.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019). Angka kematian bayi dan anak tersebut bisa saja disebabkan salah satu faktornya yaitu tentang pemberian asupan gizi yang kurang memadai. Kurang Energi-Protein sekarang dipandang sebagai suatu permasalahan ekologis dimana tidak saja disebabkan oleh ketidakcukupan ketersediaan pangan atau zat-zat gizi tertentu tetapi juga dipengaruhi oleh kemiskinan, sanitasi lingkungan yang kurang baik dan ketidaktahuan terhadap gizi (Dwijayanti, Linda. 2018).

Menurut laporan organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO), permasalahan gizi dapat ditunjukkan dengan besarnya angka kejadian gizi buruk yang menunjukkan kesehatan masyarakat Indonesia terendah di ASEAN,

dan menduduki peringkat ke 142 dari 170 negara. Data WHO menyebutkan bahwa Indonesia tergolong negara dengan status kekurangan gizi yang tinggi pada tahun 2019 yaitu 14,5% (WHO, 2019).

Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) dari Kementerian Kesehatan tahun 2018 melaporkan prevalensi gizi kurang di Indonesia berdasarkan pengukuran berat badan terhadap usia sebesar 17,7% dengan presentase kategori gizi kurang (underweight) sebesar 13,0% dan kategori gizi buruk sebesar 3,9%. Sedangkan target dari RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional) tahun 2019 adalah 17 persen (Kemenkes RI, 2019).

Status gizi anak di Sumatera utara pada tahun 2019 gizi buruk sebanyak 2,3%, gizi kurang 15,8%, gizi baik 80,8%, gizi lebih 1,2%. Pada tahun 2016 terjadi penurunan gizi buruk menjadi 1,9%, gizi kurang 9,3%, gizi baik 87,2% gizi lebih 1,6%, dan pada tahun 2019 terjadi kenaikan lagi menjadi gizi buruk 2,1%, gizi kurang 10,2%, gizi baik 86,7%, gizi lebih 1,1% (Dinkes Provinsi Sumut, 2019).

Dinas Kesehatan Padang Lawas Utara jumlah balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 18 anak sedangkan balita yang mengalami gizi kurang sebanyak 56 (Dinkes, 2020). Sedangkan survey pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara pada anak yang mengalami gizi buruk sebanyak 2 anak dan yang mengalami gizi kurang sebanyak 5 anak dikarenakan sebagian besar ibu-ibu yang tinggal disana pekerjaannya sebagai buruh tani dan berpenghasilan rendah sehingga mereka hanya memberikan makanan kepada anaknya seadanya yang

penting anaknya kenyang. Mereka juga masih banyak yang belum tau tentang makanan yang bergizi untuk anaknya.

Pemenuhan gizi seimbang yang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Anak usia sekolah mengkonsumsi makanan di bawah kebutuhan minimal membutuhkan energi 1600 kilo kalori dan 220 gram karbohidrat. Begitu penting arti makanan yang sebaiknya dikonsumsi oleh anak, maka orang tua perlu memahami atau lebih mengerti, bagaimana sebaiknya memberikan makanan kepada buah hatinya. Kebutuhan gizi tersebut akan terpenuhi jika konsumsi makan anaknya sesuai dengan keseimbangan nutrisi yang dianjurkan sesuai dengan usianya (Kumala, 2016).

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, mengingat peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Ibu yang tidak tahu gizi makanan, akan menghadirkan makanan yang tidak seimbang gizinya. Semakin banyak pengetahuan gizinya semakin diperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsi. Sedangkan untuk yang tidak mempunyai cukup pengetahuan gizi, akan memilih makanan yang paling menarik panca indera dan tidak mengadakan pilihan berdasarkan nilai gizi makanan. Sebaliknya mereka yang semakin banyak pengetahuan gizinya, lebih banyak mempergunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan tentang nilai gizi makanan tersebut (Sediaoetama, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Wahyuni (2018) gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Puskesmas Ngemplak 1 Sleman Yogyakarta. Hasil uji statistic pengetahuan tentang gizi seimbang pada balita diketahui responden dengan pengetahuan baik sebanyak 26 responden (28,0%), pengetahuan cukup sebanyak 37 responden (39,8%), dan pengetahuan kurang sebanyak 30 responden (32.3%). .

Pada studi pendahuluan hasil wawancara pada ibu balita dari 7 orang menunjukkan 2 orang tahu dan bisa menjelaskan gizi seimbang merupakan makanan yang beragam dan memenuhi 5 zat gizi, 2 orang hanya tahu pengertian gizi seimbang dan 3 tidak tahu sama sekali tentang gizi seimbang. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimana tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik ibu di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.
2. Untuk mengetahui distribusi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wacana ilmu pengetahuan kebidanan terutama khususnya tentang pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita.

1.4.2 Manfaat Praktis.

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan dan sumber pengetahuan baru bagi petugas atau pelayan kesehatan di wilayah kerja tempat penelitian, terutama untuk memberikan penyuluhan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pengetahuan gizi seimbang pada balita.

2. Bagi Ibu Balita

Hasil penelitian ini dapat dijadikan saran dan masukan bagi ibu balita terutama dengan anak obesitas untuk memberikan pola asuh dan pola makan yang seimbang bagi anaknya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian tentang gizi seimbang dan status gizi balita.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Ada banyak ahli yang mendefinisikan pengetahuan, mengemukakan bahwa pengetahuan ialah apa yang diketahui atau hasil pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari pada: kenal, sadar, insaf, mengerti dan pandai (Salam, 2018). Menurut Soeprapto “Ilmu” merupakan terjemahan dari kata Inggris *science*. Kata *science* berasal dari kata Latin *scientia* yang berarti “pengetahuan”. Kata *scientia* berasal dari bentuk kata kerja *scire* yang artinya “mempelajari, (Sobur, 2016).

Menurut Oemarjoedi pengetahuan adalah faktor penentu bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak (Dulistiawati, 2017). Pengetahuan menurut Reber (2016) dalam makna kolektifnya, pengetahuan adalah kumpulan informasi yang dimiliki oleh seseorang atau kelompok, atau budaya tertentu. Sedangkan secara umum pengetahuan menurut Reber (2016) adalah komponen - komponen mental yang dihasilkan dari semua proses apapun, entah lahir dari bawaan atau dicapai lewat pengalaman (Reber 2016).

Berdasarkan beberapa definisi tentang pengetahuan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan adalah kumpulan informasi yang didapat dari pengalaman atau sejak lahir yang menjadikan seseorang itu tahu akan sesuatu.

2.1.2 Aspek-aspek pengetahuan

Aspek-aspek tentang pengetahuan menurut Sobur (2016) adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan (*knowledge*)
2. Penelitian (*research*)
3. Sistematis (*systematic*)

Sedangkan menurut Bloom (Azwar, 2017) aspek dari pengetahuan adalah sebagai berikut :

a. Mengetahui (*know*)

Tahu diartikan sebagai penguasaan suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*re-call*) terhadap rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu “tahu” ini adalah merupakan tingkatan yang paling rendah.

b. Memahami (*comperhension*)

Memahami diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan, menyimpulkan meramalkan terhadap objek yang akan dipelajari

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi misalnya yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi rill (sebenarnya).

d. Analisis (*analysis*)

Meliputi pemilahan informasi menjadi bagian-bagian atau meneliti dan mencoba memahami struktur informasi.

e. Sintesis

Menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan

bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru dengan kata lain sintesis itu adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi objek. Pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin di ukur dari suatu objek penelitian atau responden. Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek pengetahuan bermula dari tahu tentang materi yang sudah dipelajari yang kemudian dapat dijelaskan secara benar tentang objek yang diketahui lalu kemampuan atau pengetahuan itu di gunakan untuk menyusun pengetahuan-pengetahuan baru dari pengetahuan yang sudah ada, kemudian pengetahuan-pengetahuan ini di evaluasi atau dinilai terhadap suatu objek.

2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang menurut Notoatmodjo (2018) yaitu :

1. Umur

Umur adalah umur responden menurut tahun terakhir. Umur sangat erat hubungannya dengan pengetahuan seseorang, karena semakin bertambah usia maka semakin banyak pula pengetahuannya.

2. Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka diharapkan stok modal manusia (pengetahuan, ketrampilan) akan semakin baik. Pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu,

kelompok masyarakat sehingga mereka memperoleh tujuan yang diharapkan.

3. Pekerjaan

Kegiatan atau usaha yang dilakukan ibu setiap hari berdasarkan tempat dia bekerja yang memungkinkan ibu hamil memperoleh informasi tentang tanda-tanda persalinan. Pekerjaan sangat mempengaruhi ibu yang memiliki pekerjaan diluar rumah lebih cepat dan mudah mendapatkan informasi dari luar.

4. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang telah diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

5. Sumber informasi

Informasi adalah data yang telah diproses kedalam suatu bentuk yang mempunyai arti bagi si penerima dan mempunyai nilai nyata dan terasa bagi kepuasan saat ini atau kepuasan mendatang, informasi yang datang dari pengirim pesan yang ditujukan kepada penerima pesan, seperti :

- a. Media cetak, seperti booklet, leaflet, poster, rubic, dan lain-lain.
- b. Media elektronik, seperti televisi, radio, video, slide, dan lain-lain.
- c. Non media, seperti dari keluarga, teman, dan lain-lain.

Faktor-faktor dari pengetahuan meliputi, umur seseorang, sebab umur seseorang dapat sangat erat hubungannya dengan pengetahuan seseorang, kemudian pendidikan, pendidikan yang semakin tinggi diharapkan dapat menjadi modal manusia (pengetahuan) akan semakin baik. Selanjutnya adalah pekerjaan dan pengalaman, semakin banyak orang bekerja pasti akan mendapatkan

pengalaman dan pengetahuan yang lebih banyak dan luas dari pada orang yang tidak bekerja. Lalu yang terakhir adalah sumber informasi, pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi apapun, bukan hanya di lembaga pendidikan saja, tapi pengetahuan juga dapat diperoleh dari media cetak, media elektronik, bahkan termasuk keluarga dan teman-teman.

2.1.4 Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga (Notoadmodjo, 2016) :

1. Tingkat pengetahuan baik

Tingkat pengetahuan baik adalah tingkat pengetahuan dimana seseorang mampu mengetahui, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi. Tingkat pengetahuan dapat dikatakan baik jika seseorang mempunyai 76 – 100% pengetahuan.

2. Tingkat pengetahuan cukup

Tingkat pengetahuan cukup adalah tingkat pengetahuan dimana seseorang mengetahui, memahami, tetapi kurang mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi. Tingkat pengetahuan dapat dikatakan sedang jika seseorang mempunyai 56 – 75% pengetahuan.

3. Tingkat pengetahuan kurang

Tingkat pengetahuan kurang adalah tingkat pengetahuan dimana seseorang kurang mampu mengetahui, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi. Tingkat pengetahuan dapat dikatakan kurang jika seseorang mempunyai < 56% pengetahuan.

2.2 Status gizi seimbang

2.2.1 Konsep Gizi Seimbang

Gizi seimbang merupakan aneka ragam bahan pangan yang mengandung unsur-unsur zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, baik kualitas (fungsinya), maupun kuantitas (jumlahnya). Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Keadaan gizi seseorang dikatakan baik apabila terdapat keseimbangan dan keserasian antara pertumbuhan fisik dan perkembangan mental seseorang. Dari pengertian diatas dapat disimpulkan.

Gizi merupakan zat makanan yang diperlukan tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan mental serta untuk manentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Secara harfiah, anak usia 1-5 tahun dapat pula dikatakan mulai disapih atau selepas menyusu sampai dengan pra sekolah. Sesuai dengan pertumbuhan badan dan perkembangan kecerdasannya, faal tubuh juga mengalami perkembangan sehingga jenis makanan dan cara pemberiannya pun harus disesuaikan dengan keadaannya.

Anak usia 1-5 tahun dapat dibedakan menjadi dua, yaitu anak usia lebih dari satu tahun sampai tiga tahun yang dikenal dengan “batita” dan anak usia lebih dari tiga tahun sampai lima taun yang dikenal dengan usia “prasekolah”. Batita sering disebut konsumen pasif, sedangkan usia prasekolah lebih dikenal sebagai konsumen aktif. Anak dibawah lima tahun merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat namun kelompok ini merupakan kelompok tersering yang menderita kekurangan gizi. Bila gizi buruk maka

perkembangan otaknya pun kurang dan itu akan berpengaruh pada kehidupannya di usia sekolah dan prasekolah (Pudjiadi, 2016).

2.2.2 Manfaat Kebutuhan Gizi Seimbang

Kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Secara garis besar, kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Antara asupan zat gizi dan pengeluarannya harus ada keseimbangan sehingga diperoleh status gizi yang baik. Status gizi anak dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan Kartu Menuju Sehat (KMS).

1. Kebutuhan Energi

Kebutuhan energi bayi dan balita relatif besar dibandingkan dengan orang dewasa, sebab pada usia tersebut pertumbuhannya masih sangat pesat. Kecukupannya akan semakin menurun seiring dengan bertambahnya usia.

2. Kebutuhan Zat Pembangun

Secara fisiologis, balita sedang dalam masa pertumbuhan sehingga kebutuhannya relatif lebih besar dari pada orang dewasa. Namun, jika dibandingkan dengan bayi yang usianya kurang dari satu tahun, kebutuhannya relatif lebih kecil.

3. Kebutuhan Zat Pengatur

Kebutuhan air bayi dan balita dalam sehari berfluktuasi seiring dengan bertambahnya usia. Untuk pertumbuhan dan perkembangan, balita memerlukan enam zat gizi utama, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Zat gizi tersebut dapat diperoleh dari makanan yang

dikonsumsi sehari-hari. Agar balita dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, makan makanan yang dimakannya tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja. Makanan yang dikonsumsi balita seharusnya :

- a. Beragam jenisnya
- b. Jumlah atau porsi cukup (tidak kurang atau berlebihan)
- c. Higienis dan aman (bersih dari kotoran dan bibit penyakit serta tidak mengandung bahan-bahan yang bahaya bagi kesehatan)
- d. Makan dilakukan secara teratur
- e. Makan dilakukan dengan cara yang baik

Gangguan kekurangan gizi banyak menimpa anak-anak, sehingga anak disebut golongan rawan gizi. Kebutuhan zat gizi tidak sama bagi semua orang, tetapi tergantung banyaknya hal antara lain umur. Angka kecukupan gizi rata-rata yang dianjurkan (per orang per hari).

Tabel 2.1 Kebutuhan Energi dan Protein Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Rata-Rata Per Hari.

Umur	Berat Badan (Kg)	Tinggi Badan (Cm)	Energi (Kkal)	Protein (g)
0-6 bulan	5,5	60	560	12
7-12 bulan	8,5	71	800	15
1-3 tahun	12	90	1250	23
4-6 tahun	18	110	1750	32

Sumber: Bilwati, 2016

Tabel 2.2 Porsi Makan Menurut AKG Balita

Bahan Makanan	Usia 0-6 Bulan	Usia 7-12 Bulan	Usia 1-3 Tahun	Usia 4-6 Tahun
Nasi	-	½ P	3 p	4 p
Sayuran	-	½ P	1,5 p	2 p
Buah	-	½ P	3 p	3 p
Tempe	-	½ P	1 p	2 p
Daging	-	½ P	1 p	2 p
Susu	-	½ P	1 p	1 p
Ikan	-	½ P	1 p	1 p
Minyak	-	½ P	1 p	4 p

Gula ASI	- Terus Sampai usia 2 tahun	$\frac{1}{2}$ P Terus Sampai usia 2 tahun	3 p	2 p
-------------	-----------------------------------	---	-----	-----

Sumber: Bilwati, 2016

2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Makanan

1. Umur
2. Berat badan
3. Diagnosis penyakit dan stadium (keadaan)
4. Keadaan mulut sebagai alat penerima makanan
5. Kebiasaan makan, kesukaan, dan ketidaksukaan terhadap jenis makanan
6. Jenis dan jumlah makanan yang diberikan
7. Kapan saat yang tepat pemberian makanan (Baliwati, 2016)

2.2.4 Komponen Nutrisi Gizi Seimbang

a. Karbohidrat

- 1) Merupakan sumber energi yang tersedia dengan mudah disetiap makanan dan harus tersedia dalam jumlah cukup.
- 2) Karbohidrat yang kita konsumsi dapat berupa zat pati dan zat gula.
- 3) Karbohidrat yang terdapat pada sereal dan umbi-umbian bisa disebut zat pati
- 4) Sedangkan yang berasal dari gula pasir (sukrosa), sirup, madu dan gula dari buah-buahan disebut zat gula

b. Lemak

Fungsi lemak antara lain :

- 1) Sumber utama energi atau cadangan dalam jaringan tubuh dan bantalan bagi organ tertentu dari tubuh

- 2) Sebagai sumber asam lemak yaitu zat gizi yang esensial bagi kesehatan kulit dan rambut.
- 3) Sebagai pelarut vitamin-vitamin (A,D,E,K) yang larut dalam lemak Untuk mendapatkan jumlah lemak yang cukup, dapat diperoleh dari susu, mentega, kuning telur, daging, ikan, keju, kacang-kacangan, dan minyak sayur.

c. Protein

Protein berfungsi sebagai :

- 1) Membangun sel-sel yang rusak
- 2) Membentuk zat-zat pengatur seperti enzim dan hormon
- 3) Membentuk zat ati energi, dalam hal ini tiap protein menghasilkan sekitar 4,1 kalori Contoh sumber protein antara lain : daging sapi, daging ikan tuna, susu, tempe, tahu, kepiting, ikan teri, udang

d. Vitamin

Vitamin adalah suatu zat senyawa kompleks yang sangat dibuthkan oleh tubuh kita yang berfungsi untuk membantu pengaturan atau proses kegiatan tubuh. Tanpa vitamin manusia, hewan dan makhluk hidup lainnya tidak akan dapat melaksanakan aktivitas hidup dan kekurangan vitamin dapat menyebabkan memperbesar peluang terkena penyakit pada tubuh kita.

Vitamin berdasarkan kelarutannya di dalam air :

- 1) Vitamin yang larut di dalam air : vitamin B dan vitamin C
- 2) Vitamin yang larut dalam lemak : vitamin A,D,E, dan K atau disingkat vitamin ADEK.

Fungsi vitamin antara lain sebagai berikut :

1) Vitamin C

Membentuk kolagen, mencerahkan kulit, serta meningkatkan kebugaran tubuh dan mencegah sariawan. Sumber : jeruk, jambu klutuk, dan nanas.

2) Vitamin B

Meningkatkan daya ingat dan menjaga pencernaan. Sumber : brokoli, alpukat, ubi jalar, pisang dan jamur.

3) Vitamin A

Fungsi dalam proses melihat, metabolisme umum, dan reproduksi. Sumber : wortel, selada, kemangi, paprika dan pepaya.

4) Vitamin D

Kesehatan tulang dan gigi. Sumber : sinar matahari, minyak ikan, salmon, telur dan jamur.

5) Vitamin E

Kesehatan kulit dari sinar matahari, menurunkan resiko kanker. Sumber: bayam, kacang almond, brokoli dan zaitun.

6) Vitamin K

Membantu untuk proses pembekuan darah dalam penyembuhan luka.

Sumber : daun selada, daun bayam, kembang kol.

e. Mineral

Mineral merupakan zat gizi yang diperlukan tubuh dalam jumlah yang sedikit. Mineral mempunyai fungsi :

1) Sebagai pembentuk berbagai jaringan tubuh, tulang, hormon dan enzim

- 2) Sebagai zat pengatur berbagai proses metabolisme, keseimbangan cairan, dan proses pembekuan darah

f. Air

Keenam zat gizi utama digunakan oleh tubuh anak untuk :

- 1) Menghasilkan tenaga yang digunakan oleh anak untuk melakukan berbagai kegiatan, seperti belajar, berolahraga, bermain, dan aktivitas lain (disebut zat tenaga).
 - 2) Membangun jaringan tubuh dan mengganti jaringan tubuh yang rusak. (disebut zat pembangun). Zat makanan yang merupakan zat pembangun adalah protein
 - 3) Mengatur kegiatan-kegiatan yang terjadi di dalam tubuh (disebut zat pengatur). Zat makanan yang merupakan zat pengatur adalah vitamin, mineral dan air
- Kebutuhan tubuh anak akan keenam macam gizi untuk melakukan tiga fungsi tersebut tidak bisa terpenuhi hanya dari satu macam makanan saja karena tidak ada satu pun makanan dari alam yang mempunyai kandungan gizi lengkap. Jika makanan anak beragam, maka zat gizi yang tidak terkandung atau kurang dalam satu jenis makanan akan dilengkapi oleh zat gizi yang berasal dari makanan jenis lain. Agar makanan yang dimakan anak beraneka ragam, maka kita harus selalu ingat bahwa makanan yang dimakan anak harus mengandung zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur (Santoso, 2018).

2.2.5 Dampak Kekurangan Gizi Pada Anak

Status gizi pada masa anak perlu mendapatkan perhatian yang serius dari para orang tua, karena kekurangan gizi pada masa ini akan menyebabkan kerusakan irreversial (tidak dapat dipulihkan). Asupan gizi yang buruk bisa

membuat anak mengalami gangguan kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Moehji, 2017). Beberapa dampak tersebut adalah :

1. Gagal tumbuh, yang membuat terhambatnya pertumbuhan fisik sehingga anak tumbuh kecil dan pendek.
2. Penurunan IQ, yang menyebabkan gangguan kecerdasan (fungsi kognitif) sehingga membuat rendahnya kemampuan belajar yang beresiko mengakibatkan kegagalan pembelajaran.
3. Menurunnya produktivitas, sebagai akibat gangguan pertumbuhan fisik dan kognitif yang berakibat pada menurunnya daya ingat.
4. Menurunnya daya tahan tubuh, yang meningkatkan resiko kesakitan dan kematian.
5. Meningkatnya resiko penyakit menular saat usia dewasa.

2.2.6 Menu Seimbang untuk Anak

Masa anak adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Pada masa ini otak balita telah siap menghadapi berbagai stimuli seperti belajar berjalan dan berbicara lebih lancar. Anak usia 1-3 tahun memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dari orang dewasa. Anak usia 1-3 tahun membutuhkan lebih banyak lemak dan lebih sedikit serat (Waspadji, 2017). Menu seimbang untuk anak balita yaitu :

- a. Gula dan Garam

Konsumsi garam untuk balita tidak lebih dari 1/6 jumlah maksimum orang dewasa sehari atau kurang dari 1 gram. Cermati makanan balita karena makanan orang dewasa belum tentu cocok untuknya. Kadang makanan ibu

terlalu banyak garam atau gula, atau bahkan mengandung pengawet atau pewarna buatan.

b. Porsi Makan

Porsi makan anak balita juga berbeda dengan orang dewasa. Mereka membutuhkan makanan sumber energi yang lengkap gizi dalam jumlah lebih kecil namun sering

c. Kebutuhan Energi dan Nutrisi

Bahan makanan sumber energi seperti karbohidrat, protein, lemak serta vitamin, mineral dan serat wajib dikonsumsi balita setiap hari. Lakukan pengaturan agar semua sumber gizi tersebut ada dalam menu sehari.

d. Susu Pertumbuhan

Susu merupakan salah satu sumber kalsium, sehingga penting juga dikonsumsi balita. Sedikitnya balita butuh 350 ml per hari. Susu pertumbuhan merupakan susu lengkap gizi yang mampu memenuhi nutrisi anak usia 12 bulan keatas. Menu seimbang yaitu gizi yang harus terpenuhi untuk menjaga keseimbangan gizi tubuh yaitu : Karbohidrat selain sebagai menu utama juga bisa diolah sebagai makanan selingan. Buah dan sayuran berbagai jenis ragam nya mengandung zat gizi berbeda. Berikan setiap hari baik dalam bentuk segar atau diolah menjadi jus.

Menu seimbang yaitu gizi yang harus terpenuhi untuk menjaga keseimbangan gizi tubuh yaitu :

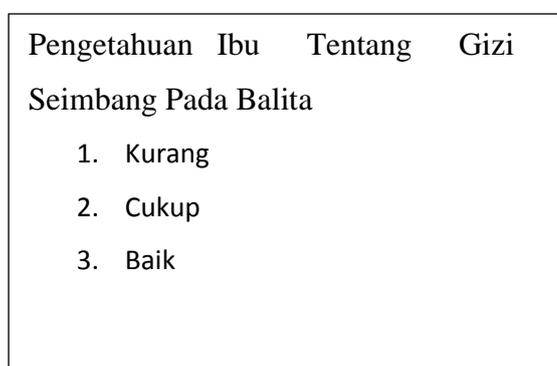
1. Karbohidrat selain sebagai menu utama juga bisa diolah sebagai makanan selingan.

2. Buah dan sayuran berbagai jenis ragam nya mengandung zat gizi berbeda. Berikan setiap hari baik dalam bentuk segar atau diolah menjadi jus.
3. Susu dan produk olahan susu. Pastikan balita mendapatkan asupan kalsium yang cukup dari konsumsi susunya.
4. Tunda pemberian protein apabila timbul alergi atau dapat diganti dengan sumber protein lain.
5. Lemak dan gula juga mengandung omega 3 dan 6 yang penting untuk perkembangan otak. Pastikan balita mendapatkan kadar lemak esensial dan gula yang cukup bagi pertumbuhannya. Namun perlu diperhatikan bahwa lemak dan gula tidak digunakan sebagai pengganti jenuus makanan lainnya (seperti karbohidrat).

Cara mengolah makanan anak yaitu : Menu anak lebih dari 1 tahun sama dengan orang dewasa hanya saja tidak pedas dan konsistensi agak lunak, dengan memperhatikan menu seimbang, yaitu : nasi, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah dan bila ada, ditambah susu dan ASI sebaiknya tetap diberikan.

2.3 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian atau visualisasi antara variabel yang satu dengan variabel yang lainnya yang ingin di teliti.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2016). Dalam penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan bagaimana pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara, karena masih banyak ibu yang belum mengetahui cara pemberian gizi seimbangan pada balita.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan September 2021 - Februari 2022.

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
Pengajuan judul	■					
Penyusunan proposal		■	■	■		
Seminar proposal			■			
Perbaikan proposal hasil seminar			■			
Penelitian				■	■	
Proses bimbingan hasil penelitian				■	■	
Sidang hasil penelitian						■
Perbaikan hasil Penelitian						■

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki balita 12-60 bulan di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara sebanyak 72 orang bulan Januari sampai September 2021.

3.3.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini semua ibu yang memiliki balita berusia 12-60 bulan di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yaitu sebanyak 72 orang.

3.4 Etika Penelitian

1. *Informed consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan.

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Masalah etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya (Hidayat, 2011).

3.5 Defenisi Operasional

Tabel 3.2. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita	Segala sesuatu yang dipahami oleh ibu tentang gizi seimbang	Kuesioner	Ordinal	1. Kurang 1-4 ($\leq 55\%$) 2. Cukup 5-7 (56-75%) 3. Baik 8-10 (76-100%)

3.6 Instrumen Penelitian

Alat atau instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner dengan 3 kategori yaitu :

1. Data Demografi, secara umum berisi inisial nama, umur ibu, pendidikan ibu, status pekerjaan ibu, umur balita, tinggi balita dan jenis kelamin balita.
3. Pengetahuan
 - a. Kurang, jika responden menjawab 1-4 pertanyaan ($\leq 55\%$)
 - b. Cukup, jika responden menjawab 5-7 (56-75%)

- c. Baik, jika responden menjawab 8-10 pertanyaan (76-100 %) (Nursalam, 2016).

Kuesioner ini diadopsi dari Yolanda (2017), yang berjudul gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang pada balita di Puskesmas Ngemplak 1 Selman Yogyakarta tahun 2017. Kuesioner ini sudah valid dengan nilai r hitung berkisar antara 0,583. Sedangkan berdasarkan uji reabilitas pada jumlah soal yang valid, didapat besarnya nilai *Alpha Chronbach* dari item berkisar 0,971 yang lebih besar dari 0,7 Maka dapat disimpulkan bahwa test reliabel. nilai Validas untuk kuesioner sikap adalah 0,641, dan nilai reabilitas adalah 0,836.

3.7 Prosedur Pengumpulan Data.

1. Mengurus surat permohonan izin penelitian dari Universitas Aafa Royhan di Kota Padangsidempuan, kemudian mengirim permohonan izin penelitian kepada kepala desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara
2. Peneliti mengumpulkan responden di balai desa.
3. Peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu, menjelaskan tujuan dan prosedur pengambilan data penelitian, serta meminta persetujuan kepada responden.
4. Setiap ibu yang memiliki balita 12-60 bulan yang datang diberikan *informed consent* dan selanjutnya diberikan lembar kuesioner untuk di isi.
5. Peneliti memberikan kuesioner kepada responden
6. Mengolah data dengan SPSS

3.8 Analisa Data

3.8.1 Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan proses pengumpulan data awal masih acak dan abstrak, kemudian data diolah menjadi informasi yang informatif. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Untuk data numerik digunakan nilai mean, median dan standar deviasi. Analisis univariat hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan prosentase dari setiap variabel (Jenita, 2016).

Variabel untuk Analisa univariat yaitu ordinal yang menghasilkan presentase dari setiap variabel. Adapun variabel yang di analisis adalah pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita, Hasil distribusi frekuensi dari setiap variabel yang di teliti.

BAB 4

HASIL PENELITIAN

4.1 Letak Geografis dan Demografis Tempat Penelitian.

Desa Pagar Gunung terletak di desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara. Jumlah KK = 145 yang terdiri dari Laki-laki =296 jiwa dan perempuan 308 jiwa.

Batas –batas wilayah

1. Sebelah Utara Berbatasan dengan Sampilpil Kabupaten Labusel
2. Sebelah Timur Berbatasan Dengan Desa Pangarambangan
3. Sebelah Selatan Berbatasan Dengan Kecamatan Dolok
4. Sebelah Barat Berbatasan dengan Siboruangin

4.2 Analisa Data

1.2.1 Analisa Univariat

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Ibu Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

Variabel	F	%
Umur		
17-25Tahun	16	22,2
26-35 Tahun	39	54,2
36-45 Tahun	17	23,6
Pendidikan		
SD	9	12,5
SLTP	11	15,3
SLTA	39	54,2
Sarajana	13	18,1
Pekerjaan		
IRT	40	55,6
PNS	19	26,4
Wiraswasta	13	18,1
Jumlah	72	100

Hasil Tabel 4.1 Ditinjau dari segi umur mayoritas umur responden 26-35 tahun yaitu 39 orang (54,2 %) , minoritas umur 36-45 tahun yaitu 17 orang (23,6

%), ditinjau dari pendidikan mayoritas responden berpendidikan SLTA yaitu 39 orang (54,2%) dan minoritas berpendidikan SD yaitu 9 orang (12,5 %), ditinjau dari pekerjaan mayoritas pekerjaan responden IRT yaitu 40 orang (55.6%) dan minoritas pekerjaan responden Wiraswasta yaitu 13 orang (18,1 %).

4.3 Hasil Item Kuesioner

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Pada Kuesioner Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara.

Pertanyaan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
P1 (Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari– hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh)		
1. Benar	22	30,5
2. Salah	50	69,5
P2 (Makanan yang bergizi adalah makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna)		
1. Benar	8	11,1
2. Salah	64	88,9
P3 (Manfaat makanan bagi anak adalah untuk sumber energy dan pertumbuhan anak)		
1. Benar	32	44,5
2. Salah	40	55,5
P4 (Salah satu manfaat makanan bergizi bagi anak adalah untuk kekebalan tubuh yang berfungsi sebagai pertahanan tubuh terhadap suatu penyakit)		
1. Benar	42	58,4
2. Salah	30	41,6
P5 (Salah satu bukti tercukupi kebutuhan zat gizinya akan memperlihatkan aktivitas anak aktif dan bersemangat)		
1. Benar	21	29,1
2. Salah	51	70,8
P 6 (Salah satu bukti makanan anak tercukupi adalah terjadi peningkatan berat badan)		
1. Benar	45	62,5
2. Salah	27	37,5
P 7 (Karbohidrat merupakan sumber utama energi)		
1. Benar	24	33,3
2. Salah	48	66,7
P 8 (Zat gizi yang diperlukan anak adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air)		

1. Benar		
2. Salah	33	45,8
	39	54,2
P 9 (Protein hanya terdapat pada ikan dan telur)		
1. Benar	47	65,3
2. Salah	25	34,7
P 10 (Agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, makanan yang dimakan tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja tetapi harus beragam jenisnya, porsinya cukup, bersih dan aman)		
1. Benar	38	52,8
2. Salah	34	47,2

Sumber : Data Primer, 2021

Hasil tabel 4.2 bahwa pada P1 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 50 orang (69,5 %), P2 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 64 orang (88,9 %), P3 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 40 orang (55,5 %), P4 mayoritas responden menjawab benar sebanyak 42 orang (58,4 %), P5 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 51 orang (70,8 %), P6 mayoritas responden menjawab benar sebanyak 45 orang (62,5 %), P7 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 48 orang (66,7 %), P8 mayoritas responden menjawab salah sebanyak 39 orang (54,7 %), P9 mayoritas responden menjawab benar sebanyak 47 orang (65,3 %) dan P10 mayoritas responden menjawab benar sebanyak 38 orang (47,2 %)

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Karakteristik Responden

5.1.1 Gambaran Umur Ibu Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas umur responden 26-35 tahun yaitu 39 orang (54,2 %) dan minoritas umur 36-45 tahun yaitu 17 orang (23,6 %), bahwa mayoritas ibu hamil dalam kategori pendidikan rendah < SLTA.

Pada usia tersebut responden akan lebih mudah memahami dan menegrti tentang informasi atau pengetahuan baru mengenai gizi seimbang. Teori Azwar (2016) menyatakan bahwa pada usia reproduksi sehat seseorang akan lebih mudah memahami setiap informasi yang diterimanya, hal ini berkaitan dengan masih aktif dan sehatnya sel-sel dalam otak seseorang dengan usia resproduksi sehat. Hal tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa umur merupakan variabel yang selalu diperhatikan dalam penelitian-penelitian epidemiologi yang merupakan salah satu hal yang mempengaruhi pengetahuan. Umur adalah lamanya hidup seseorang dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan. Semakin tinggi umur seseorang, maka semakin bertambah pula ilmu atau pengetahuan yang dimiliki karena pengetahuan seseorang diperoleh dari pengalaman sendiri maupun pengalaman yang diperoleh dari orang lain (Azwar, 2016).

Menurut asumsi semakin matang usia seseorang akan semakin banyak pengalaman hidup yang dimiliki, dan mudah untuk menerima perubahan perilaku, karena usia ini merupakan usia paling ideal dalam berperan khususnya dalam pembentuka kegiatan kesehatan.

5.1.2 Gambaran Pendidikan Ibu Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

Ditinjau dari pendidikan mayoritas responden berpendidikan SLTA yaitu 39 orang (54,2%) dan minoritas berpendidikan SD yaitu 9 orang (12,5 %).

Pendidikan ibu yang sebagian besar SLTA sehingga para ibu lebih mudah memahami setiap informasi mengenai gizi. Kemungkinan besar dikarenakan kurangnya informasi yang berkembang dimasyarakat bahwa susu menu seimbang adalah konsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan tubuh akan zat gizi.

Menurut asumsi peneliti pendidikan responden merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi pola pikir dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk anaknya, karena semakin tinggi pendidikan seseorang diharapkan dapat berfikir lebih baik yang berkaitan dengan status gizi anaknya.

5.1.3 Gambaran Pekerjaan ibu Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.

Ditinjau dari pekerjaan mayoritas pekerjaan responden IRT yaitu 40 orang (55.6%) dan minoritas pekerjaan responden Wiraswasta yaitu 13 orang (18,1 %). Hasil ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2016), yang mengatakan bahwa seseorang yang bekerja akan memiliki pengetahuan yang lebih luas dari pada yang tidak bekerja karena dengan bekerja seseorang akan banyak mendapatkan informasi dan pengalaman. Perbedaan antara hasil penelitian dengan teori kemungkinan disebabkan karena ibu rumah tangga memiliki waktu yang lebih banyak di rumah dan memiliki aktivitas sosial yang lebih tinggi serta lebih cenderung mengikuti penyuluhan atau promosi kesehatan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan.

Sesuai teori tersebut peneliti berasumsi, bahwa suatu pekerjaan tidak mempengaruhi pengetahuan dari ibu. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian ini yang menunjukkan justru sebagian ibu yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga memiliki pengetahuan yang baik dibandingkan ibu yang bekerja.

5.2 Gambaran Pengetahuan Ibu Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara.

Hasil tabel 4.2 mayoritas pengetahuan responden kurang yaitu 38 orang (40,0%) dan minoritas pengetahuan cukup sebanyak 12 orang (16,7%). Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian, ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Semakin baik pengetahuan individu tentang masalah kesehatan akan sangat membantu dalam pencegahan terjadinya masalah status gizi pada anak. Pengetahuan akan membentuk sikap ibu, dan akhirnya akan lebih mengerti dalam memenuhi gizi seimbang untuk anaknya (Notoadmodjo, 2016).

Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan berkurangnya kemampuan menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari, hal ini merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi (Suhardjo, 2016). Namun, kejadian gizi buruk pada anak balita dapat dihindari apabila ibu mempunyai cukup pengetahuan tentang cara memelihara gizi dan mengatur makanan anak (Moehji, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Shinta (2018). Hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Tegalsari, Posyandu Kuncup Mekar, Kabupaten Gunungkidul, dengan jumlah responden 37 responden diperoleh data bahwa, sebagian besar responden merupakan ibu dengan tingkat pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi pada balita kategori kurang (48,6%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endah Tri Wijayanti (2018), Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan responden tentang komponen gizi kurang adalah 51,02%.

Sesuai teori tersebut peneliti berasumsi, Ilmu pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal. Adanya kemudahan dalam mendapatkan informasi dan berbagai sumber melalui media promosi kesehatan baik dari media massa cetak, media elektronik, dan juga petugas kesehatan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru, sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti radio, televisi, surat kabar, majalah yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan semua orang.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan karakteristik, ditinjau dari umur mayoritas 26-35 tahun yaitu sebanyak 39 orang ditinjau dari tingkat pendidikan yaitu SLTA sebanyak 39 orang (54,2%) dan ditinjau dari pekerjaan ibu di desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021 yaitu IRT sebanyak 40 orang (55,6 %).
2. Mayoritas pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita di desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021 yaitu kurang sebanyak 38 orang (52,8%).

6.2 Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan memberikan penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu yang memiliki balita tentang keluarga sadar gizi (Kadarzi).

2. Bagi Ibu Balita

untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu balit agar alam penyediaan makanan dalam keluarga khususnya bagi balita dalam memperhatikan kebutuhan gizi seimbang balita.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini sebagai dasar penelitian selanjutnya, dan dapat di lakukan penelitian dengan metode yang berbeda khususnya tentang gambaran pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S, (2017). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Azwar, (2017). *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. Jakarta : EGC.
- Baliwati, Y. F, Khomsan, A, Dwiriani, M. C. (2016) . *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Swadaya.
- Dulistiawati, (2017). *Ilmu Kesehatan Anak*. Bandung: Alfabeta
- Dwijayanti, Linda. (2018). *Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Status Gizi Antara Bayi Dengan Pemberian ASI Eksklusif dan Non ASI Eksklusif*’. Media Gizi Indonesia Unair.
- Kemendes RI , (2019). *Profil kesehatan Indonesia tahun* . Jakarta: Kemendes RI
- Kumala, (2016). *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. Jakarta : EGC
- Sulystioningsih, (2018). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Sediaoetama, A.D. (2017). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia. Dian Rakyat*. Jakarta.
- Maulana, H. (2018). *Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara
- Salam, (2018). *Tumbuh Kembang Anak* . Jakarta: EGC.
- Sobur, (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Reber, A.S., &Reber, E.S. (2016). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Notoatmodjo,(2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.Jakarta : Rineka Cipta.
- Pudjiadi, Antonius, H., Hegar Badriul, dkk. (2016). *Peningkatan Gizi Bayi, Ibu Hamil, Dan Menyusui Dengan Bahan Lokal*. Jakarta: Sagung seto
- Yolanda. (2017). *Gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang pada balita di Puskesmas Ngemplak 1 Selman Yogyakarta tahun 2017*.



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUN
FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RINomor: 461/KPT/1/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.
Telp. (0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e-mail: afa.royhan@yahoo.com http://: unar.ac.id

Nomor : 846/FKES/UNAR/E/PM/IX/2020 Padangsidempuan, 24 September 2021
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Pendahuluan

Kepada Yth.
Kepala Desa Pagas Gunung
Di

Padang Lawas Utara

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Daniati Harahap

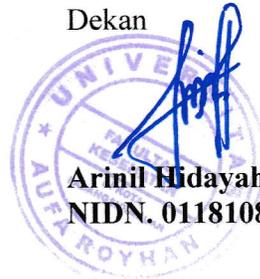
NIM : 20061056

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Survey Pendahuluan di Desa Pagas Gunung untuk penulisan Skripsi dengan judul "Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita di Desa Pagas Gunung Kec. Halongonan Kab. Padang Lawas Utara Tahun 2021".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan



Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703



PEMERINTAH KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA
DINAS KESEHATAN

UPTD PUSKESMAS PANGIRKIRAN

JL.Lintas Hutaimbaru – Sipiongot KM 5 Desa Pangirkiran
Kode Pos : 22753 Email : pangirkiranpuskesmas@gmail.com



No : 2089 /Pusk/09/2021
Lampiran :
Perihal : Balasan Izin Survei Pendahuluan

Pangirkiran, 27 September 2021
Kepada Yth :
Dekan Universitas Aufa Royhan
Padangsidimpuan
di-
Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan dengan surat Dekan Universitas Aufa Royhan Padang Sidimpuan No. 846/FKES/UNAR/E/PM/IX/2020, Tanggal 24 September 2021 Tentang Izin Survey Pendahuluan . Berkenaan dengan hal tersebut kami dari Puskesmas Pangirkiran Kecamatan Halongonan bersedia membantu dan memberikan izin dalam rangka penelitian untuk penulisan Skripsi kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Daniati Harahap
Nim : 20061056
Program Studi : Kebidanan Program sarjana
Judul : Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Pada Balita di Desa Pagar Gunung Kec. Halongonan

Dengan ini memberikan izin kepada mahasiswa untuk melaksanakan penelitian di Puskesmas Pangirkiran sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian kami sampaikan atas kerja sama kami ucapkan terima kasih.

Kepala UPTD Puskesmas Pangirkiran
Kecamatan Halongonan



Asmidar, STr.Keb
Nip. 19730512 200701 2 007



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDEMPUN
FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RINomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.
Telp.(0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e -mail: aufa.royhan@yahoo.com http://: unar.ac.id

Nomor : 128/FKES/UNAR/E/PM/I/2022 Padangsidempuan, 31 Januari 2022
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Desa Pagar Gunung
Di

Padang Lawas Utara

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Daniati Siregar

NIM : 20061056

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Penelitian di Desa Pagar Gunung untuk penulisan Skripsi dengan judul "Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita di Desa Pagar Gunung Kec. Halongonan Kab. Padang Lawas Utara".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.



Dekan

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703



**PEMERINTAH KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA
DINAS KESEHATAN**



UPTD PUSKESMAS PANGIRKIRAN

JL.Lintas Hutaimbaru – Sipiongot KM 5 Desa Pangirkiran
Kode Pos : 22753 Email : pangirkiranpuskesmas@gmail.com

Pangirkiran, 1 Februari 2022

No : 800/040/Pusk/01/2022
Lampiran :
Perihal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth :
Dekan Universitas Afa Royhan
Padangsidimpuan
di-

Tempat

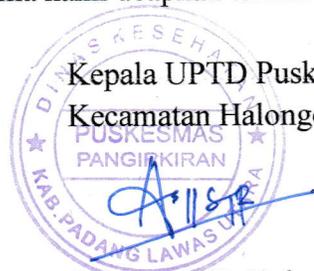
Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat Dekan Universitas Afa Royhan Padang Sidimpuan No. 128/FKES/UNAR/E/PM/I/2022, Tanggal 31 Januari 2022 Tentang Izin Penelitian . Berkenaan dengan hal tersebut kami dari Puskesmas Pangirkiran Kecamatan Halongonan bersedia membantu dan memberikan izin dalam rangka penelitian untuk penulisan Skripsi kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Daniati Harahap
Nim : 20061056
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana
Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita di Desa Pagar Gunung Kec. Halongonan Kabupaten Lawas Utara Tahun 2021

Dengan ini memberikan izin kepada mahasiswa untuk melaksanakan penelitian di Puskesmas Pangirkiran sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian kami sampaikan atas kerja sama kami ucapkan terima kasih.



Kepala UPTD Puskesmas Pangirkiran
Kecamatan Halongonan

Asmidar, STr.Keb

Nip. 19730512 200701 2 007

PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

Calon responden

Di Tempat

Dengan Hormat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan :

Nama : Daniati Harahap

Nim : 20061056

Dengan ini menyampaikan bahwa saya akan mengadakan penelitian dengan judul “gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021.. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti. Kerahasiaan data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan

Saya sangat menghargai kesediaan saudara untuk meluangkan waktu menandatangani lembar persetujuan yang disediakan ini. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih

Hormat Saya
Peneliti

(Daniati Harahap)

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(*Informed Consent*)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Agama :

Pendidikan :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Daniati Harahap, mahasiswa program studi kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aafa Royhan di kota Padangsidempuan yang berjudul “gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021”. Saya mengerti dan memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibatkan negatif terhadap saya, oleh karena itu saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

Padangsidempuan, 2021

Responden

()

KUESIONER PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DI DESA PAGAR GUNUNG KECAMATAN HALONGONAN KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA TAHUN 2021

A. Karakteristik Ibu

Pilihlah jawaban yang menurut anda dengan melingkari salah satu jawabannya yang telah disediakan.

1. No. Responden :
2. Umur :
3. Pendidikan :
 - a. SD
 - b. SLTP
 - c. SLTA
 - d. Sarjana
4. Pekerjaan :
 - a. IRT
 - b. Wiraswasta
 - c. PNS
 - d. Lainnya.....
5. Pendapatan :

B. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

Jawablah Pertanyaan di bawah ini dengan cara memberi tanda checklist (√) pada kolom yang telah disediakan

No	Pernyataan	Benar	Salah
PENGETAHUAN			
1	Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh		
2	Makanan yang bergizi adalah makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna		
3	Manfaat makanan bagi anak adalah untuk sumber energy dan pertumbuhan anak		
4	Salah satu manfaat makanan bergizi bagi anak adalah untuk kekebalan tubuh yang berfungsi sebagai pertahanan tubuh terhadap suatu penyakit		
5	Salah satu bukti tercukupi kebutuhan zat gizinya akan memperlihatkan aktivitas anak aktif dan bersemangat		
6	Salah satu bukti makanan anak tercukupi adalah terjadi peningkatan berat badan		
7	Karbohidrat merupakan sumber utama energi		
8	Zat gizi yang diperlukan anak adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air		
9	Protein hanya terdapat pada ikan dan telur		
10	Agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, makanan yang dimakan tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja tetapi harus beragam jenisnya, porsinya cukup, bersih dan aman		

Frequencies

Statistics

		Umur Ibu	pendidikan ibu	pekerjaan ibu	pengetahuan ibu tentang gizi seimbang
N	Valid	72	72	72	72
	Missing	0	0	0	0

Umur Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17-25 Tahun	16	22.2	22.2	22.2
	26-35 Tahun	39	54.2	54.2	76.4
	36-45 Tahun	17	23.6	23.6	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

pendidikan ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	9	12.5	12.5	12.5
	SLTP	11	15.3	15.3	27.8
	SLTA	39	54.2	54.2	81.9
	Sarjana	13	18.1	18.1	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

pekerjaan ibu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid IRT	40	55.6	55.6	55.6
PNS	19	26.4	26.4	81.9
WIRASWASTA	13	18.1	18.1	100.0
Total	72	100.0	100.0	

P1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Salah	22	30.5	30.5	30.5
Benar	50	69.5	69.5	100.0
Total	72	100.0	100.0	

P2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Salah	8	11.1	11.1	11.1
Benar	64	88.9	88.9	100.0
Total	72	100.0	100.0	

P3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Salah	32	44.5	44.5	44.4
Benar	40	55.5	55.5	100.0
Total	72	100.0	100.0	

P4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Salah	42	58.4	58.4	58.4
Benar	30	41.6	41.6	100.0
Total	72	100.0	100.0	

P5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	21	29.1	29.1	29.1
	Benar	51	70.8	70.8	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

P6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	45	62.5	62.5	62.5
	Benar	27	37.5	37.5	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

P7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	24	33.3	33.3	33.3
	Benar	48	66.7	66.7	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

P8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	33	45.8	45.8	45.8
	Benar	39	54.2	54.2	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

P9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	47	65.3	65.3	65.3
	Benar	25	34.7	34.7	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

P10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Salah	38	52.8	52.8	52.8P
	Benar	34	47.2	47.2	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Peneliti Mendampingi Responden Mengisi Kuesioner



Gambar 2. Peneliti Memberikan Penjelasan Tentang Cara Mengisi Kuesioner

DOKUMENTASI PENELITIAN



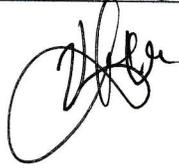
Gambar 3. Peneliti Membagikan Kuesioner



Gambar 4. Peneliti Mendampingi Responden Mengisi Kuesioner

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Daniati Harahap
 NIM : 20061056
 Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021

No	Hari/Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Rabu, 03/10/21	Yulinda Aswan	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki penulisan - Perbaiki sumber referensi - Perbaiki ketanga konsep 	
2	Jumat / 05-11-21	Yulinda Aswan	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki (ditilang) - " Rumus mglh - " Perbaikan & sampel laporan keesore lengkapi proposal 	
3	5/11-2021	Nurul Hidayati Nasution	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaikan penulisan Bab 1, 2, 3 	
4	Kamis / 11-11-2021	Yulinda Aswan	AC-proposal	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Daniati Harahap
NIM : 20061056
Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada
Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten
Padang Lawas Utara Tahun 2021

No	Hari/ Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
5	Kamis, 11/11/2021	Nurul Hidayah	ACC Ujian Proposal	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Daniati Harahap
 NIM : 20061056
 Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Pagar Gunung Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021

No	Hari/Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Sabtu 26/02/2022	FULINDA ARDAN SST. MKed.	<ul style="list-style-type: none"> - pembati BAB3 - " BAB4 - " BAB5 	
2	Sabtu, 05/03/2022		<ul style="list-style-type: none"> - pembati BAB3 - Daftar pustaka - Abu az. - bab' slipa dr - Cover - laptop. - Abstrak & konsultasi dr bu dar. 	
3	Kamis, 10/03/2022		Acc ugr	
4	Kamis, 10/03/2022		ACC Suripri	