

**PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER* TERHADAP  
PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN DAN POLA MAKAN ANAK  
DI PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBIAN**



Oleh :

**NI MADE INDAH ARIESTA JAYA UTAMI**

**NIM. P07131219069**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER* TERHADAP  
PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN DAN POLA MAKAN ANAK  
DI PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBIAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika  
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI MADE INDAH ARIESTA JAYA UTAMI**

**NIM. P07131219069**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2023**

# LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER* TERHADAP  
PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN DAN POLA MAKAN ANAK DI  
PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBIAN**

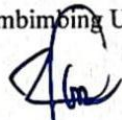
Oleh :

**NI MADE INDAH ARIESTA JAYA UTAMI**

**NIM. P07131219069**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama,



Dr. I Putu Sutraoka, SST., M.Kes  
NIP. 197301241995031001

Pembimbing Pendamping,



Ni Made Yuni Gumala, SKM.M.Kes  
NIP. 196306161988032001

MENGETAHUI :

KETUA JURUSAN GIZI  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes.  
NIP. 196703161990032002

**SKRIPSI DENGAN JUDUL :**

**PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER*  
TERHADAP PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN  
DAN POLA MAKAN ANAK DI PAUD KUSUMA 2  
PADANGSAMBIAN**

**Oleh :**

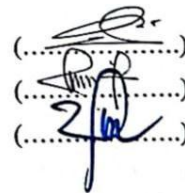
**NI MADE INDAH ARIESTA JAYA UTAMI**

**NIM. P07131219069**

**TELAH DIUJIKAN DIHADAPAN TIM PENGUJI  
PADA HARI : SENIN  
TANGGAL : 8 MEI 2023**

**TIM PENGUJI :**

- |                                      |                 |         |
|--------------------------------------|-----------------|---------|
| 1. Dr. I Wayan Juniarsana, SST.M.Fis | (Ketua Seminar) | (.....) |
| 2. Dr. Ni Nengah Ariati, SST.M.Erg   | (Anggota I)     | (.....) |
| 3. Dr. I Putu Suiraoaka, SST., M.Kes | (Anggota II)    | (.....) |



**MENGETAHUI :**

**KETUA JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KEMENKES DENPASAR**  
  
**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes.**  
NIP. 196703161990032002

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Indah Ariesta Jaya Utami

NIM : P07131219069

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2022/2023

Alamat : Jl. Surya Buana, Padangsambian, Denpasar Barat.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Pemberian Buku Saku Gizi Dan *Flyer* Terhadap Pengetahuan Orang Tua, Kemandirian Dan Pola Makan Anak Di PAUD Kusuma 2 Padangsambian adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Denpasar, 21 April 2023

Yang membuat pernyataan



Ni Made Indah Ariesta Jaya Utami

NIM. P07131219069

PENGARUH PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER* TERHADAP  
PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN DAN POLA MAKAN ANAK  
DI PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBIAN

ABSTRAK

Anak usia dini merupakan fase pertumbuhan dan perkembangan dalam aspek fisik, kesehatan dan sosioemosional. Anak usia dini rentan terkena masalah kemandirian dan gizi. Penyebab masalah kemandirian pada anak yaitu anak masih tergantung kepada orang tua. Penyebab masalah gizi anak secara global yaitu terletak pada pangan dan asupan makanan. Hal ini dapat terjadi karena faktor pengetahuan orang tua. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian buku saku gizi dan *flyer* terhadap pengetahuan orang tua, kemandirian dan pola makan anak Di PAUD Kusuma 2 Padangsambian. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (*quasi experimental*). Populasi pada penelitian ini adalah murid PAUD kelas A dan kelas B dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang dipilih secara *random sampling*. Data pengetahuan orang tua diperoleh menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Data kemandirian anak diperoleh menggunakan kuesioner kemandirian. Pada data pola makan diperoleh menggunakan *SQ-FFQ*. Data analisis menggunakan *paired t-test* (uji t-test berpasangan). Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian buku saku gizi dan *flyer* terhadap pengetahuan orang tua mendapatkan nilai signifikansi ( $p < 0.05$ ). Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh buku saku gizi dan *flyer* terhadap kemandirian anak mendapatkan nilai signifikansi ( $p < 0.05$ ). Media pembelajaran yang efektif adalah Buku Saku Gizi. Diharapkan bagi orang tua untuk lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak dengan jumlah yang beragam dan sesuai dengan kebutuhan. Untuk meningkatkan kemandirian pada anak dapat dilakukan melalui suatu kegiatan untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan percaya diri pada anak.

**Kata Kunci :** Pengetahuan orang tua; kemandirian anak; pola makan

# THE INFLUENCE OF PROVIDING NUTRITION POCKET BOOKS AND FLYERS ON PARENT'S KNOWLEDGE, INDEPENDENCE AND EATING PATTERNS OF CHILDREN IN PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBIAN

## ABSTRACT

Early childhood is a phase of growth and development in physical, health and socio-emotional aspects. Early childhood is vulnerable to problems with independence and nutrition. The cause of independence problems in children is that children are still dependent on their parents. The cause of child nutrition problems globally lies in food and food intake. This can happen because of the knowledge of parents. The purpose of this study was to determine the effect of providing nutrition pocket books and flyers on parental knowledge, independence and eating patterns of children in PAUD Kusuma 2 Padangsembian. This type of research is quasi-experimental research. The population in this study were early childhood students in class A and class B with a total sample of 40 people selected by random sampling. Parents' knowledge data was obtained using pre-test and post-test. Child independence data was obtained using an independence questionnaire. On eating pattern data obtained using SQ-FFQ. Data analysis using paired t-test (paired t-test). The results showed that there was an effect of giving nutrition pocket books and flyers on parents' knowledge to get a significant value ( $p < 0.05$ ). The results showed that there was an effect of nutrition pocket books and flyers on children's independence, obtaining a significant value ( $p < 0.05$ ). Effective learning media is nutrition pocket book. It is hoped that parents will pay more attention to the food consumed by children in various quantities and according to their needs. To increase independence in children can be done through an activity to increase the sense of responsibility and confidence in children.

**Keywords:** Knowledge of parents; child independence; eating patterns

## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **PEMBERIAN BUKU SAKU GIZI DAN *FLYER* TERHADAP PENGETAHUAN ORANG TUA, KEMANDIRIAN DAN POLA MAKAN ANAK DI PAUD KUSUMA 2 PADANGSAMBAN**

Oleh : Ni Made Indah Ariesta Jaya Utami (P07131219069)

Memiliki tubuh yang sehat sangat diinginkan bagi seluruh masyarakat Indonesia yang sesuai dengan kriteria menurut WHO tahun 2010 yaitu keadaan fisik, mental dan kesejahteraan sosial sehat. Laporan utama UNICEF mengenai status anak dunia menyoroiti tentang masalah gizi pada anak secara global yaitu permasalahan tersebut terletak pada pangan dan asupan makanan yang dibutuhkan anak sehingga menyebabkan masalah gizi pada anak. Berdasarkan data Riskesdas tentang prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak umur 5 sampai 12 tahun di provinsi Bali yaitu sangat kurus 1,22%, kurus 4,99%, normal 70,22%, gemuk 13,00%, obesitas 10,57%. Prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5 sampai 12 tahun menurut kabupaten/kota provinsi Bali yaitu pada kota Denpasar anak yang sangat kurus sebanyak 0,37%, kurus 6,95%, normal 61,72%, gemuk 15,85%, obesitas 15,12%. Kemandirian anak prasekolah di negara berkembang dan maju yaitu 53% anak prasekolah mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain, 9% anak prasekolah masih tergantung kepada orang tua, 38% anak prasekolah masih tergantung sepenuhnya kepada orang tua atau pengasuh mereka, dan 17% anak prasekolah cukup mandiri. Dari cakupan tersebut masih di bawah target yakni 90% (Syaiful, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian buku saku gizi dan *flyer* terhadap pengetahuan orang tua, kemandirian dan pola makan anak Di PAUD Kusuma 2 Padangsambian.

Kemandirian adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk berfikir sebelum melakukan sesuatu, dapat melakukan sesuatu sendiri, bertanggung jawab dan dapat mengambil keputusan sendiri (Zahroh R, 2022). Pola makan pada anak usia dini sangat berperan dalam proses pertumbuhannya, karena makanan bergizi



memiliki keterikatan dengan kesehatan serta tumbuh kembang anak. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik akan mengakibatkan pertumbuhan anak menjadi terganggu, seperti tubuh kurus, pendek, dan terjadi gizi buruk pada anak. (Sola M, 2021). Pengetahuan orang tua berpengaruh terhadap kemandirian dan pola makan anak. Oleh karena itu dibutuhkannya media pembelajaran. Media *flyer* merupakan salah satu media yang berisi materi di selembar kertas dengan informasi tertentu. Dan media buku saku merupakan buku berukuran kecil dan ringan yang berisi tulisan dan gambar berupa uraian yang memberikan petunjuk serta mudah dibawa kemana-mana.

Pada penelitian ini yang merupakan variabel bebas adalah pemberian buku saku gizi dan *flyer*. Sedangkan variabel terkait pada penelitian ini adalah pengetahuan orang tua, kemandirian anak, dan pola makan anak. Pengetahuan orang tua diukur melalui hasil *pre-test* dan *post-test*. Kemandirian anak akan dikategorikan menjadi tiga yaitu baik, cukup, dan kurang, berdasarkan hasil skor kemandirian anak. Pola makan anak diukur melalui frekuensi, asupan makanan, jenis makanan, akan dikategorikan menjadi dua yaitu baik dan kurang, menggunakan SQ-FFQ.

Penelitian ini dilakukan pada orang tua murid PAUD Kusuma 2 Padangsambian sebagai responden dengan total sampel sebanyak 40 orang tua dengan sampel usia 4-6 tahun dengan teknik pengambilan sampel *random sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu. Jenis penelitian yaitu eksperimen semu (*quasi experimental*). Rancangan penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*. Analisis data univariat digunakan untuk mendeskripsikan data tiap variabel dan analisis bivariat dilakukan melalui *paired t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan hasil *pre-test* dan *post-test* pada responden menggunakan media Buku Saku Gizi dan *Flyer* didapatkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan kelompok Buku Saku Gizi yaitu 0.45%. Sedangkan, peningkatan pengetahuan kelompok *Flyer* yaitu 0.28%. Dari hasil yang didapat terlihat adanya peningkatan pengetahuan orang tua dikarenakan seluruh responden mendapatkan hasil dengan kategori baik. Hasil kemandirian anak sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi menggunakan media Buku Saku Gizi dan *Flyer*

didapatkan bahwa adanya peningkatan kemandirian anak pada kelompok Buku Saku Gizi yaitu 0.66%. Hasil penelitian mengenai asupan energi menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia dini mengonsumsi energi berlebih. Energi yang dikonsumsi anak usia dini dengan nilai terendah yaitu 1287 kkal dan nilai tertinggi yaitu 1499 kkal. Hasil penelitian mengenai asupan protein menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia dini mengonsumsi protein berlebih. Protein yang dikonsumsi anak usia dini dengan nilai terendah yaitu 24.2 gram dan nilai tertinggi 95.1 gram. Hasil penelitian mengenai asupan lemak menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia dini mengonsumsi lemak berlebih. Lemak yang dikonsumsi sampel dengan nilai terendah 48.5 gram dan nilai lemak tertinggi yaitu 91.9 gram. Hasil penelitian mengenai asupan karbohidrat menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia dini mengonsumsi karbohidrat lebih. Karbohidrat yang dikonsumsi sampel dengan nilai terendah 108.7 gram dan nilai tertinggi 230 gram. Pengaruh Buku Saku Gizi Dan *Flyer* terhadap pengetahuan orang tua mendapatkan nilai signifikansi (2-tailed) adalah .000 ( $p < 0.05$ ) yaitu mengalami perubahan yang signifikan (berarti). Pengaruh Buku Saku Gizi dan *Flyer* terhadap kemandirian mendapatkan nilai signifikansi (2-tailed) adalah .000 ( $p < 0.05$ ) yaitu mengalami perubahan yang signifikan (berarti). Berdasarkan keefektifan media pembelajaran didapatkan hasil kelompok perubahan buku saku gizi yaitu mean 3.0000 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0.54. Sedangkan, kelompok *Flyer* yaitu mean 2.0500 dengan nilai signifikansi (2-tailed) 0.54. Diperoleh media yang efektif adalah buku saku gizi, akan tetapi media buku saku gizi dan *flyer* memiliki perubahan yang berarti.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan masih ada ditemukannya sampel yang kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi dengan jumlah yang beragam dan sesuai dengan kebutuhan. Untuk meningkatkan kemandirian pada anak, diharapkan kepada orang tua dan pihak sekolah dapat melatih anak untuk melakukan suatu kegiatan untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan percaya diri pada anak.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Buku Saku Gizi Dan *Flyer* Terhadap Pengetahuan Orang Tua, Kemandirian Dan Pola Makan Anak Di PAUD Kusuma 2 Padangsambian” dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak dukungan, pengarahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak I Putu Suiraoaka, SST., M.Kes sebagai pembimbing I dan Ibu Ni Made Yuni Gumala, SKM., M.Kes sebagai pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran dan motivasi kepada penulis dengan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, dan Ketua Program Studi yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak I Wayan Juniarsana, SST.M.Fis dan Ibu Ni Nengah Ariati, SST.M.Erg sebagai penguji yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan doa, motivasi dan membantu dalam kelancaran penyelesaian skripsi ini kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan, oleh karena itu diharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun agar dapat menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan bagi penulis dan pembaca.

Denpasar, 21 April 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMBUNG</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>RINGKASAN PENELITIAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kemandirian Anak.....	9
B. Pola Makan .....	18
C. Media <i>Flyer</i> .....	28
D. Buku Saku Gizi.....	29
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b>	
A. Kerangka Konsep.....	32
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	33
C. Hipotesis .....	35
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	

A. Jenis Penelitian .....	36
B. Alur Penelitian .....	37
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	38
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	40
F. Pengolahan dan Analisis Data .....	43
G. Etika Penelitian .....	46
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	48
B. Pembahasan .....	60
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	66
B. Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Definisi Operasional Variabel.....	33
2. Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	35
3. Distribusi Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
4. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	49
5. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin di PAUD Kusuma 2 Padangsambian Tahun 2023.....	50
6. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia di PAUD Kusuma 2 Padangsambian Tahun 2023.....	51
7. Distribusi Sampel Berdasarkan Kelas di PAUD Kusuma 2 Padangsambian Tahun 2023.....	51
8. Sebaran Responden Berdasarkan Hasil <i>Pre-test</i> Dan <i>Post-test</i> Pengetahuan Orang Tua Pada Kelompok Media Buku Saku Gizi Dan Flyer.....	52
9. Sebaran Sampel Berdasarkan Kemandirian Anak Sebelum dan Sesudah Perlakuan Menggunakan Media Buku Saku Gizi Dan Flyer.....	53
10. Sebaran Sampel Berdasarkan Pola Makan Sesudah Dilakukan Perlakuan Buku Saku Gizi Dan Flyer.....	55
11. Uji Normalitas Data Kelompok Buku Saku Gizi dan Kelompok <i>Flyer</i> .....	57
12. Pengaruh Intervensi Buku Saku Gizi Dan Flyer Terhadap Pengetahuan Orang Tua.....	58
13. Pengaruh Pemberian Buku Saku Gizi Dan Flyer Terhadap Kemandirian Anak. PAUD Kusuma 2 Padangsambian.....	59
14. Hasil Deskripsi Keefektifan Pengaruh Buku Saku Gizi dan Flyer Terhadap Pengetahuan Kemandirian dan Pola Makan di PAUD Kusuma 2 Padangsambian.....	60
15. Kisi-kisi Buku Saku Gizi.....	80
16. Kisi-kisi <i>Flyer</i> .....	81
17. Wawancara Kemandirian.....	82

18. Kuesioner SQ-FFQ.....	83
---------------------------	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep Penelitian .....	32
2. Alur Penelitian .....	37



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Informed Consent. ....	73
2. Kuesioner Penelitian .....	76
3. Kisi-kisi Buku Saku Gizi.....	79
4. Kisi-kisi <i>Flyer</i> .....	80
5. Wawancara Kemandirian. ....	81
6. Kuesioner SQ-FFQ. ....	82
7. Surat Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.....	88
8. Surat Etical Clearance .....	89
9. Surat Pencatatan Ciptaan.....	90
10. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme .....	91
11. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository .....	97
12. Dokumentasi.....	98