

**PENGETAHUAN GIZI IBU, POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI  
BALITA DI KELURAHAN PLUMBON, TEMON, KULON PROGO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta untuk Memenuhi  
Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Disusun Oleh :**

NIRMALASARI

NIM.: 15511244015

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TEKNIK BOGA  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

# **PENGETAHUAN GIZI IBU, POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI BALITA DI KELURAHAN PLUMBON, TEMON, KULON PROGO**

Oleh :  
NIRMALASARI  
NIM.: 15511244015

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) pengetahuan gizi ibu; (2) pola konsumsi pada balita; (3) status gizi balita di Kelurahan Plumbon Temon Kulon Progo.

Penelitian ini merupakan penelitian survey. Tempat dan waktu penelitian di Kelurahan Plumbon bulan Maret-Agustus 2019. Populasi penelitian balita usia 1-5 tahun di Kelurahan Plumbon sebanyak 200 balita. Besarnya sampel pada penelitian ini dihitung berdasarkan rumus *nomogram harry king* sebesar 139 balita dengan menggunakan metode *Probability sampling*. Teknik pengambilan data pengetahuan ibu menggunakan tes, pengukuran pola konsumsi menggunakan *food recall*, *food frequency* dan status gizi menggunakan pengukuran dari WHO-NCHS. Uji validasi instrumen tes pengetahuan gizi balita menggunakan rumus validitas butir dan ITEMAN 24. Uji reabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach*. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) pengetahuan ibu rata-rata berada pada kategori sedang sebesar 69,1%; tinggi 20,10% dan rendah 10,80% (2) Pola konsumsi berada pada kategori cukup 44%, baik 34%, kurang 14%, buruk 7%. Pola konsumsi meliputi nasi, telur, tempe, buncis, kol, kacang panjang, wortel, apel, pisang, serta minuman air putih dan susu (3) Angka kecukupan energi (AKE) balita termasuk kategori baik dan cukup masing-masing sebesar 57 (41%), angka kecukupan protein (AKP) balita termasuk dalam kategori cukup, sebesar 55 (39%), angka kecukupan lemak (AKL) balita termasuk dalam kategori cukup sebesar 60 (43%), angka kecukupan karbohidrat (AKK) balita termasuk dalam kategori cukup, sebesar 130 (93%) (4) status gizi balita kategori gizi baik 66,9%; gizi kurang; 15.1%; gizi buruk 10.1%; gizi lebih 7,9 %.

**Kata kunci:** Pengetahuan Gizi Ibu, Pola Konsumsi, Status Gizi Balita

# NUTRITIONAL KNOWLEDGE OF MOTHER, CONSUMPTION PATTERN AND NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN IN PLUMBON, TEMON, KULON PROGO

By :

NIRMALASARI  
NIM.: 15511244015

## ABSTRACT

*This research aims to determine (1) nutritional knowledge of mother; (2) patterns of consumption to toddlers; (3) nutritional status of children in Plumbon, Temon, Kulon Progo .*

*This research is a survey research. The place and time of research on March-August 2019. The study population was toddlers aged 1-5 years in the Plumbon village there were 200. The sample of this study was calculated based on the harry king nomogram. The amount 139 toddlers using the Probability sampling Data collection techniques for mothers using tests, measuring consumption patterns using food recall, food frequency and nutritional status using measurements from WHO-NCHS. The validation test of the toddlers knowledge test instrument uses the item validity formula and ITEMAN 24. The reliability was using the Cronbach alpha formula. Data analysis technique was using descriptive statistics analysis.*

*this results showed that: (1) the average mother's knowledge was in the medium category 69.1%; high 20.10% and low 10.80% (2) Consumption patterns are in the category of 44%, good 34%, less 14%, bad 7% and consumption of staple foods is rice, beans, cabbage, long beans, carrots, apple, bananas and beverage water and milk (3) The energy adequacy (AKE) for toddlers is good and sufficient, respectively 57 (41%), the average number of toddlers for protein adequacy (PPA) is included in the sufficient category, amounting to 55 (39%), the adequacy rate of fat (AKL) the average toddler is included in the sufficient category, by 60 (43%), carbohydrate adequacy number (AKK) the average under five is included in the sufficient category, amounting to 130 (93%) under five (4) the nutritional status of toddlers in the category of good nutrition is 66.9%, malnutrition, 15.1%, malnutrition 10.1%, over nutrition 7.9%.*

**Keywords:** *nutritional knowledge of mother, consumption patterns ,toddler nutrition status*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nirmalasari

NIM : 15511244025

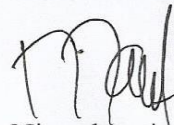
Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengetahuan Gizi Ibu, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Balita Di Desa Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, Agustus 2019

Yang menyatakan,



Nirmalasari  
NIM. 15511244015



## HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **PENGETAHUAN GIZI IBU, POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI BALITA DI KELURAHAN PLUMBON KECAMATAN TEMON KULON PROGO**

Disusun Oleh :

Nirmalasari  
NIM : 15511244015

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan  
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Agustus 2019

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Teknik Boga

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Mutiara Nugraheni, S.TP., M.Si  
NIP. 19770131 200212 2 001



Dr. Dra. Badraningsih Lastariwati, M.Kes  
NIP. 196006251986012001

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**PENGETAHUAN GIZI IBU, POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI BALITA DI  
KELURAHAN PLUMBON, KECAMATAN TEMON, KULON PROGO**

Disusun oleh:

Nirmalasari  
15511244015


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi Pendidikan  
Teknik Boga Fakultas Teknik  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 6 September 2019

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Dra. Badraningsih Lastariwati, M.Kes Ketua Penguji/Pembimbing		6 September 2019
Titin Hera Widi Handayani, S.Pd., M.Pd Sekretaris		6 September 2019
Dr. Nani Ratnaningsih, S.TP., MP Penguji		6 September 2019

Yogyakarta, Oktober 2019

Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Prof. Herman Dwi Surjono, M.Sc., M.T., Ph.D  
NIP. 19640205 198703 1 001

## **MOTTO**

“jika kamu percaya ini terlalu sulit, maka akan sulit. Jika kamu percaya ini mungkin, maka akan mungkin. Jika kamu ingin mewujudkannya, maka kamu harus meyakinkannya”.

(Colin Mathieson)

“ All our dreams can come tru, if we have the courage to pursue them”

(Wait Disney)

“Allah tidak pernah mengubah kondisi orang kecuali jika mereka berusaha untuk mengubah diri mereka sendiri “

(quran 13:11)

“ Tidak ada orang malas didunia ini, yang ada hanyalah orang yang kehilangan motivasi”

( Erlinda Prastyo Nugraheni)

“ Tidak ada masalah yang benar-benar besar, yang ada kita hanya kurang usaha dan berdoa, tetap semangat dalam berjuang”

( Penulis)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Teristimewa buat Ayahanda H.Jumanam, S.Sos dan Ibunda Hj. Rodhiah yang sangat penulis cintai dan sayangi, penulis mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga karena telah memberikan dorongan moral maupun spiritual dan telah banyak juga berjasa dalam mendidik, memotivasi dan membimbing penulis mulai sejak usia dini sampai sekarang bisa menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dengan tepat waktunya dengan semua pengorbanan dan kasih sayang yang takkan pernah habis sampai kapanpun.
2. Buat adikku Huswatun Hasanah dan Faisal Mustofa yang telah mencurahkan kasih sayang dan tak pernah luput selalu memberikan doa serta restunya dan memberikan dorongan moral dan semangat sehingga penulis bisa menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini dengan baik dan tepat waktunya.
3. Teman-teman seperjuangan yaitu Maelani, Ria, Nita, Daddy, Faris, Wiryra, dan sarah atas motivasi kebersamaan dan kekompakkan selama masa kuliah, semoga silaturahmi kita selalu terjaga.
4. Teman-teman KKN 124 yaitu Dita, Ikhsan, Mayang, Sholihah, Desi, Hatta, Upik, Mukhsin, Ajeng, dan Bunga yang telah memberikan bantuan pelaksanaan penelitian dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dengan tepat waktu..



5. Teman-teman yang sangat saya sayangi yaitu Rohmah, Mida, Ina, Nadya, Gizel, Tegal, dan Mba Afika yang telah memberikan dukungan berupa semangat dan materi kepada penulis.
6. Teman-teman PPL dan organisasi baik dilur kampus maupun didalam kampus yang senantiasa memotivasi dan memberikan dorongan.
7. Teman-teman seperjuangan Boga Kelas D yang telah kebersamai dan memberikan motivasi.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir Skripsi yang berjudul “Pengetahuan Gizi Ibu, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Balita Di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo”.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih sedalam-dalamnya dan sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah menyumbangkan gagasan dan bantuan berupa arahan, bimbingan, motivasi, serta doa-doanya selama penulisan menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Dra. Badraningsih Lastariwati, M.Kes selaku dosen pembimbing dan ketua penguji Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan motivasi, mengarahkan dan meluangkan waktunya untuk membimbing perbaikan laporan hingga selesai.
2. Dr. Nani Ratnaningsih, S.T.P.,M.P selaku validator instrumen penelitian dan penguji Tugas Akhir Skripsi yang memberikan saran/masukan perbaikan sehingga Tugas Akhir Skripsi dapat terlaksanakan sesuai tujuan.
3. Titin Hera Widi Handayani, M.Pd. Selaku sekretaris penguji yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi serta memberikan koreksi perbaikan terhadap Tugas Akhir Skripsi ini
4. Prof. Dr. Mutiara Nugraheni, STP., M.Si , M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana, beserta dosen dan staff yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Prof. Herman Dwi Surjono, M.Sc.,MT., Ph.D selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan Tugas Akhir Skripsi
6. Rusmiyati selaku Ketua Posyandu di Kelurahan Plumbon yang telah memberikan informasi dalam pengambilan data selama pembuatan Tugas Akhir Skripsi

7. Posyandu Plumbon, Sringkel, Gebang 1, Gebang 2, Ngentak, Salam 1, Salam 2, Dabag 1, Dabag 2 yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses pengambilan data selama proses pembuatan Tugas Akhir Skripsi.

Teriring harapan dan doa semoga Allah SWT membalas amal dan kebaikan dari berbagai pihak tersebut. Tentunya masih banyak kekurangan yang ada dalam penulisan tesis ini, untuk itu penulis sangat berharap masukan dari pembaca dan semoga karya ilmiah ini bisa bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. *Amin Jazakumullah Ahsanal al-Jaza.*

Yogyakarta, 30 Oktober 2019

Nirmalasari

NIM.: 15511244015

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
SURAT PERNYATAAN.....	vi
HALAMAN MOTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
E. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	10
1. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita .....	10
a. Definisi Pengetahuan Ibu .....	10
b. Tingkat Pengetahuan .....	11
c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	14
d. Pengolahan Makanan .....	27
e. Pengukuran Pengetahuan .....	27
2. Pola Konsumsi Balita .....	28
a. Pengertian Pola Konsumsi Balita .....	28
b. Tingkatan Konsumsi .....	29
c. Penilaian Pola Konsumsi Balita .....	31
3. Status Gizi Balita .....	33
a. Status Gizi Pada Balita .....	33
b. Pengukuran Status Gizi Pada Balita .....	33
c. Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi .....	38
B. Kajian Penelitian yang Relevan .....	42
C. Kerangka Pikir.....	44
D. Pertanyaan Penelitian .....	46

	Halaman
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	47
1. Tempat Penelitian .....	47
2. Waktu Penelitian .....	47
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	48
1. Populasi Penelitian .....	48
2. Sampel Penelitian .....	48
D. Teknik Pengambilan Sampel .....	49
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	51
F. Teknik Pengambilan Data dan Instrument Penelitian .....	52
1. Teknik Pengambilan Data .....	52
a. Metode Test .....	52
b. Metode Kuesioner Food Frequency Questionnaire dan Food Recall ....	53
2. Instrument Penelitian .....	56
G. Validitas dan Reliabilitas Instrument .....	58
1. Validitas Instrumen .....	58
2. Reliabilitas Instrumen .....	61
H. Teknik Analisis Data .....	62
1. Persiapan Analisis Data .....	62
2. Analisis Data .....	65
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	69
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	69
2. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	69
a. Data Respon .....	69
b. Variabel Pengetahuan Ibu .....	74
c. Pola Konsumsi Balita .....	76
d. Variabel Status Gizi Balita .....	86
B. Pembahasan .....	87
1. Pengetahuan Gizi Ibu .....	87
2. Pola Konsumsi Balita .....	88
3. Status Gizi Balita .....	90
C. Keterbatasan Penelitian .....	91
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	92
B. Saran .....	93
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	94
<b>LAMPIRAN</b> .....	96



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kata Kunci Ranah Kognitif C1.....	11
Tabel 2. Kata Kunci Ranah Kognitif C2 .....	12
Tabel 3. Kata Kunci Ranah Kognitif C3 .....	12
Tabel 4. Kata Kunci Ranah Kognitif C4 .....	13
Tabel 5. Kata Kunci Ranah Kognitif C5 .....	13
Tabel 6. Kata Kunci Ranah Kognitif C6 .....	14
Tabel 7. Kebutuhan Zat Gizi Balita Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG Rata-Rata Per Hari).....	31
Tabel 8. Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan BB / U .....	35
Tabel 9. Perhitungan Sampel .....	50
Tabel 10. Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban .....	53
Tabel 11. Kategori Pemberian skor Pada Tiap Item Untuk Pernyataan.....	54
Tabel 12. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	56
Tabel 13. Hasil Uji Validitas Instrumen Pengetahuan Balita .....	60
Tabel 14. Hasil Pengujian Reliabilitas .....	62
Tabel 15. Kategori Pengetahuan Gizi .....	63
Tabel 16. Penilaian Food Frequency .....	63
Tabel 17. Pola Konsumsi Makanan Poko. ....	64
Tabel 18. Perhitungan Nilai Tingkat Pendidikan Balita .....	65
Tabel 19. Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Plumbon .....	70
Tabel 20. Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon .....	71
Tabel 21. Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon .....	72
Tabel 22. Karakteristik Responden Ibu berdasarkan Pendidikan Terakhir di Posyandu Plumbon .....	73
Tabel 23. Kategori Variabel Pengetahuan Ibu di Posyandu Plumbon.....	75
Tabel 24. Distribusi Frekuensi <i>Food Frequency</i> .....	76
Tabel 25. Pola Konsumsi Makanan Pokok .....	77
Tabel 26. Pola Konsumsi Lauk .....	78
Tabel 27. Pola Konsumsi Sayuran .....	79
Tabel 28. Pola Konsumsi Buah-Buahan .....	80
Tabel 29. Pola Konsumsi Minuman .....	81
Tabel 30. Distribusi Makanan Tertinggi .....	82
Tabel 31. Hasil Angka Energi .....	83
Tabel 32. Angka Kecukupan Protein (AKP).....	83
Tabel 33. Angka Kecukupan Lemak (AKL) .....	84
Tabel 34. Hasil Angka Kecukupan Karbohidrat (AKK) .....	85
Tabel 35. Kategori Variabel Kategori Variabel Status Gizi Balita di Posyandu Plumbon .....	86

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	45
Gambar 2 Homograf Harry King untuk Menentukan Sampel .....	48
Gambar 3. Diagram Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Plumbon .....	70
Gambar 4. Diagram Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon .....	71
Gambar 5. Diagram Karakteristik Responden Ibu Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon .....	72
Gambar 6. Diagram Karakteristik Responden Ibu Berdasarkan Pendidikan Terakhir di posyandu Plumbon .....	73
Gambar 7. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Variabel Pengetahuan .....	75
Gambar 8. Diagram Kategori Kecukupan Energi Balita di Posyandu Plumbon .....	77
Gambar 9. Angka Kecukupan Energi .....	83
Gambar 10. Angka Kecukupan Protein .....	84
Gambar 11. Angka Kecukupan Energi .....	84
Gambar 12. Angka Kecukupan Karbohidrat .....	85
Gambar 13. Status Gizi Balita .....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembimbing .....	100
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Observasi .....	102
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian .....	103
Lampiran 4. Lembar Pantauan Bimbingan .....	104
Lampiran 5. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian .....	106
Lampiran 6. Surat Pernyataan Validasi Instrument Penelitian .....	107
Lampiran 7. Hasil Validasi Instrument Penelitian Akhir Skripsi.....	105
Lampiran 8. Angket atau Kuesioner Penelitian .....	109
Lampiran 9. Hasil Penelitian .....	134
Lampiran 10. Dokumentasi Observasi Pengambilan Data di Posyandu Plumbon Temon, Kulon Progo .....	190