

**PERBEDAAN SIKAP DAN PERILAKU IBU MENYUSUI
TERKAIT GIZI SEIMBANG ANTARA SEBELUM DAN
SETELAH PEMBERIAN EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA
WEBSITE DAN *BOOKLET* DI WILAYAH KOTA MALANG**

TUGAS AKHIR

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Gizi**



**Oleh :
Mafira Putri Ramadhani
145070300111011**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
MALANG
2017**

KATA PENGANTAR

Segala puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberi petunjuk dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Perbedaan Sikap dan Perilaku Ibu Menyusui terkait Gizi Seimbang antara Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *Website* dan *Booklet* di Wilayah Kota Malang”.

Ketertarikan penulis akan topik ini didasari oleh fakta bahwa AKB di Indonesia masih tinggi karena sikap dan perilaku gizi seimbang ibu menyusui yang belum sesuai. Penelitian ini bertujuan membuktikan bahwa terdapat perbedaan sikap dan perilaku ibu menyusui antara sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi dengan menggunakan media *website* dan *booklet*.

Dengan selesainya Tugas Akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Widya Rahmawati, S.Gz., M.Gz sebagai pembimbing pertama sekaligus Ketua Tim Penelitian Payung “Edukasi Gizi untuk 1000 HPK Melalui *Website* dan *Booklet* di Wilayah Kota Malang” yang telah membimbing cara penulisan dengan baik sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
2. Catur Saptaning W, S.Gz., MPH sebagai pembimbing kedua yang telah memberikan tambahan masukan terkait penulisan sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
3. Inggita Kusumastuty, S.Gz., MBIomed sebagai penguji Tugas Akhir yang telah memberikan masukan untuk menyempurnakan naskah Tugas Akhir ini.
4. Dian Handayani, SKM., M.Kes., PhD sebagai Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan

kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

5. Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
6. Segenap anggota Tim Pengelola Tugas Akhir FKUB, yang telah membantu melancarkan urusan administrasi dan pendaftaran ujian sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan lancar.
7. Yang tercinta ibunda Ratih Widjajanti dan ayahanda Marsito Basuki atas segala pengertian dan kasih sayangnya.
8. Muhammad Thowil Afif, Defanda Tritya, Citta Arasti Ramadhani, Annisa Novidya Utami Harahap, Retno Kartika Hayati, Ananda Rizky Rahmansyah yang selalu memberikan semangat dan dukungannya dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
10. Teman-teman penelitian payung “Edukasi Gizi untuk 1000 HPK Melalui *Website* dan *Booklet* di wilayah Kota Malang” atas kerja samanya selama penelitian ini berlangsung.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun. Akhirnya, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Malang, September 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar.....	iii
Abstrak	v
Abstract	vi
Daftar Isi	vii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xvi
Daftar Singkatan	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Akademis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Karakteristik Ibu Menyusui	6
2.2 Manfaat Menyusui	7

2.3 Sikap	9
2.3.1 Definisi Sikap	9
2.3.2 Komponen Sikap	10
2.3.3 Fungsi Sikap	11
2.3.4 Tingkatan Sikap	12
2.3.5 Faktor Pengaruh Sikap	12
2.3.6 Sikap Gizi Seimbang	14
2.4 Perilaku	14
2.4.1 Definisi Perilaku	14
2.4.2 Bentuk Perilaku	15
2.4.3 Determinan Perilaku	15
2.4.4 Bentuk Perubahan Perilaku	16
2.4.5 Faktor Pengaruh Perubahan Perilaku	17
2.4.6 Perilaku Gizi Seimbang	19
2.5 Edukasi Gizi	19
2.5.1 Definisi Edukasi Gizi	19
2.5.2 Media Edukasi Gizi	20
2.5.2.1 Media <i>Website</i>	21
2.5.2.2 Media <i>Booklet</i>	22
2.6 Gizi Seimbang Ibu Menyusui	24
2.6.1 Definisi Gizi Seimbang	24
2.6.2 Gizi Seimbang pada Ibu Menyusui	25
2.6.3 Manfaat Gizi Seimbang bagi Ibu Menyusui	26
2.6.4 Kebutuhan Gizi Seimbang saat Menyusui	26
2.6.5 Sumber Makanan Bergizi	32

2.6.6 Makanan Pantangan Ibu Menyusui	34
2.6.7 Dampak Kekurangan Nutrisi pada Ibu Menyusui	36
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	38
3.1 Kerangka Konsep	38
3.2 Penjelasan Kerangka Konsep	39
3.3 Hipotesis Penelitian	40
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	41
4.1 Rancangan Penelitian	41
4.2 Populasi dan Sampel	42
4.2.1 Populasi	42
4.2.2 Sampel	43
4.2.2.1 Kriteria Inklusi	45
4.2.2.2 Kriteria Eksklusi/Drop Out	47
4.2.3 Besar Sampel Penelitian	47
4.3 Variabel Penelitian	49
4.3.1 Variabel Terikat (<i>Dependent</i>)	49
4.3.2 Variabel Bebas (<i>Independent</i>)	49
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	49
4.5 Instrumen Penelitian	50
4.5.1 Instrumen Uji Validitas Kuesioner	50
4.5.2 Instrumen Intervensi Penelitian	50
4.6 Definisi Operasional Variabel	52
4.7 Prosedur Penelitian	59
4.7.1 Pengumpulan Data	59
4.7.1.1 Jenis Data	59

4.7.1.2 Cara Pengambilan Data	59
4.7.2 Alur Penelitian	64
4.7.2.1 Alur Uji Coba Media.....	64
4.7.2.2 Alur Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	65
4.7.2.3 Alur Pelaksanaan Penelitian.....	68
4.8 Pengolahan Data dan Analisis Data	70
4.8.1 Pengolahan Data	70
4.8.2 Analisis Data	72
4.8.2.1 Uji Normalitas	72
4.8.2.2 Uji Hipotesis Komparatif	73
4.9 Uji Validitas dan Realibilitas	73
4.9.1 Uji Validitas Kuesioner	73
4.9.2 Uji Reliabilitas Kuesioner	74
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	75
5.1 Karakteristik Responden Penelitian	75
5.2 Sikap Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	77
5.3 Perilaku Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	78
5.4 Sikap Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	79
5.5 Perilaku Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	80
5.6 Analisis Perbedaan Sikap dan Perilaku Responden Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Gizi	81

BAB 6 PEMBAHASAN	85
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian	85
6.1.1 Karakteristik Responden	85
6.1.1.1 Usia	85
6.1.1.2 Urutan Kelahiran	86
6.1.1.3 Pekerjaan	86
6.1.1.4 Pendidikan	87
6.1.1.5 Kepemilikan Telepon Pintar dan Akses Internet	88
6.1.2 Sikap Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi	
Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	89
6.1.3 Perilaku Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi	
Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	90
6.1.4 Sikap Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi	
Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	91
6.1.5 Perilaku Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi	
Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	94
6.1.6 Perbedaan Sikap Responden Sebelum dan Setelah	
Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan	
<i>Booklet</i>	96
6.1.7 Perbedaan Perilaku Responden Sebelum dan Setelah	
Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan	
<i>Booklet</i>	99
6.2 Keterbatasan Penelitian	106
BAB 7 PENUTUP	107
7.1 Kesimpulan	107

7.2 Saran	108
Daftar Pustaka	109
Lampiran	116

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kebutuhan Vitamin dan Mineral Wanita Menyusui	29
Tabel 2.2 Sumber Vitamin dan Mineral	34
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel	52
Tabel 4.2 Distribusi Pernyataan Kuesioner Sikap Gizi Seimbang	61
Tabel 4.3 Uji Normalitas Skor Sikap dan Perilaku Ibu Menyusui terkait Gizi Seimbang pada Ibu Menyusui di Kota Malang	72
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Kelompok <i>Website</i> dan <i>Booklet</i>	76
Tabel 5.2 Analisis Perbedaan Sikap dan Perilaku antara Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Gizi	82

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	38
Gambar 4.1 Skema Rancangan Penelitian	42
Gambar 4.2 Skema Pengambilan Sampel Uji Coba Media dan Kuesioner	44
Gambar 4.3 Skema Pengambilan Sampel Intervensi Penelitian	45
Gambar 4.4 Bagan Alur Uji Coba Media	64
Gambar 4.5 Bagan Alur Uji Validitas Kuesioner	65
Gambar 4.6 Bagan Alur Uji Reliabilitas Kuesioner	67
Gambar 4.7 Bagan Alur Pelaksanaan Penelitian	68
Gambar 5.1 Sikap Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	78
Gambar 5.2 Perilaku Responden Sebelum Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Pre-Test)</i>	79
Gambar 5.3 Sikap Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	80
Gambar 5.4 Perilaku Responden Setelah Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media <i>Website</i> dan <i>Booklet (Post-Test)</i>	81

Gambar 5.5 Perbedaan Skor Sikap Ibu Menyusui terkait Gizi

Seimbang antara Sebelum dan Setelah Pemberian

Edukasi Gizi 83

Gambar 5.6 Perbedaan Skor Perilaku Ibu Menyusui terkait Gizi

Seimbang antara Sebelum dan Setelah Pemberian

Edukasi Gizi 84

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pernyataan Keaslian Tulisan	116
Lampiran 2. Surat Keterangan Kelayakan Etik	117
Lampiran 3. Surat Izin Melakukan Penelitian	118
Lampiran 4. Metodologi Uji Coba Kuesioner	120
Lampiran 5. Lembar Penjelasan Uji Coba Kuesioner	123
Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden Uji Coba Kuesioner ...	124
Lampiran 7. Form Kuesioner Uji Coba Kuesioner	125
Lampiran 8. Form Kuesioner Uji Coba Media Edukasi	129
Lampiran 9. Hasil Uji Coba Kuesioner dan Uji Coba Media Edukasi	132
Lampiran 10. Edukasi Gizi dengan Media <i>Website</i>	139
Lampiran 11. Edukasi Gizi dengan Media <i>Booklet</i>	145
Lampiran 12. Lembar Penjelasan Penelitian	150
Lampiran 13. Surat Persetujuan Menjadi Responden	151
Lampiran 14. Form Kuesioner Data Dasar Ibu Menyusui	152
Lampiran 15. Form Kuesioner Ibu Menyusui (<i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>)	154
Lampiran 16. Form Rekap Responden	159
Lampiran 17. Tabel Deskriptif Statistik Karakteristik Responden	160
Lampiran 18. Uji Normalitas Sikap dan Perilaku Responden	163
Lampiran 19. Uji Berpasangan Skor Sikap dan Perilaku Pada Kelompok Intervensi	164

Lampiran 20. Tabel Distribusi Frekuensi Kategori Sikap dan Perilaku Responden Pada Kelompok Intervensi	167
Lampiran 21. Rekap Skor Sikap Responden	169
Lampiran 22. Rekap Skor Perilaku Responden	171
Lampiran 23. Jadwal Penelitian	173
Lampiran 24. Dokumentasi Kegiatan	174

DAFTAR SINGKATAN

A, B, C, D, E : *Assess, Build, Create, Deliver, and Evaluate*

AKB : Angka Kematian Bayi

AKG : Angka Kecukupan Gizi

ASEAN : *Association of Southeast Asian Nations*

ASI : Air Susu Ibu

BCD : *Behavior Centered Design*

BPS : Badan Pusat Statistik

IRT : Ibu Rumah Tangga

IU : *International Unit*

KIE : Komunikasi, Informasi dan Edukasi

MDGs : *Millenium Development Goals*

PNS : Pegawai Negeri Sipil