

**ANALISIS PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN  
IBU BALITA TENTANG GIZI SEIMBANG SEBELUM  
DAN SESUDAH INTERVENSI MEDIA BOOKLET DI  
POSYANDU CIPINANG MUARA**



Disusun Oleh:

Ega Chaerunnisa (1104621073)

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana  
Pendidikan

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN MASYARAKAT  
FAKULTAS PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2025**



# **ANALISIS PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG GIZI SEIMBANG SEBELUM DAN SESUDAH INTERVENSI MEDIA BOOKLET DI POSYANDU CIPINANG MUARA**

**Ega Chaerunnisa**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatar belakangi karena pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang masih belum optimal, padahal hal tersebut berperan penting dalam tumbuh kembang anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa media booklet sebagai sarana edukasi gizi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimental dan desain one group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan di RT 10 RW 15 Kelurahan Cipinang Muara, Jakarta Timur, dengan jumlah responden sebanyak 25 orang ibu balita yang dipilih melalui teknik total sampling. Instrumen yang digunakan berupa tes pilihan ganda sebanyak 17 soal yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari 10,40 (pretest) menjadi 15,84 (posttest), dengan persentase peningkatan sebesar 52,31%. Uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Z sebesar -4,385 dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, media booklet terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang dan dapat dijadikan sebagai media edukasi yang praktis serta mudah dipahami. Kata Kunci: media booklet, pengetahuan, gizi seimbang.

**Kata Kunci:** media booklet, pengetahuan, gizi seimbang

**ANALYSIS OF DIFFERENCES IN THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF  
MOTHERS OF TODDLERS ABOUT BALANCED NUTRITION BEFORE  
AND AFTER BOOKLET MEDIA INTERVENTION AT CIPINANG  
MUARA POSYANDU**

**Ega Chaerunnisa**

***ABSTRACT***

*This study was motivated by the suboptimal knowledge of mothers regarding balanced nutrition, which plays a vital role in children's growth and development. The purpose of this research was to determine the difference in knowledge before and after the intervention using a booklet as an educational medium. This study employed a quantitative approach with a pre-experimental method and a one-group pretest-posttest design. The research was conducted in RT 10 RW 15, Cipinang Muara Sub-district, East Jakarta, involving 25 respondents selected through total sampling. The instrument used was a multiple-choice test consisting of 17 questions administered before and after the intervention. The results showed an increase in the average score from 10.40 (pretest) to 15.84 (posttest), with a percentage gain of 52.75%. The Wilcoxon Signed Rank Test yielded a Z score of -4.385 with a significance value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), indicating a significant difference between the pretest and posttest scores. Therefore, the booklet proved to be effective in increasing knowledge about balanced nutrition and can be used as a practical and easy-to-understand educational tool.*

**Keywords:** *booklet media, knowledge, balanced nutrition*

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Judul : Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Tentang Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Intervensi Media Booklet di Posyandu Cipinang Muara

Nama Mahasiswa : Ega Chaerunnisa

Nomor Registrasi : 1104621073

Program Studi : Pendidikan Masyarakat

Tanggal Ujian : Selasa, 15 Juli 2025

Pembimbing I



Dr. Daddy Darmawan, S.S. M.Si  
NIP. 197612162006041001

Pembimbing II



Dr. Henny Herawaty Br.D. M.Pd  
NIP.199011192022031005

#### Panitia Ujian/Sidang Skripsi

| Nama                                                           | Tandatangan                                                                          | Tanggal |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Dr. Aip Badrujaman, M.Pd.<br>(Penanggung Jawab)*               |  |         |
| Karta Sasmita, M.Si., Ph.D.<br>(Wakil Penanggung Jawab)**      |  |         |
| Drs. Sri Koeswantono<br>Wongsonadi, M.Si<br>(Ketua Penguji)*** |  |         |
| Prof. Dr. Anan Sutisna, M.Pd<br>(Anggota I)****                |  |         |
| Retno Dwi Lestari, M.Pd<br>(Anggota II)****                    |   |         |

Catatan:

\* Dekan FIP

\*\* Wakil Dekan I

\*\*\* Ketua Penguji selain Dosen Pembimbing dan Koordinator Program Studi

\*\*\*\* Dosen Penguji selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Ega Chaerunnisa  
Nomor Registrasi : 1104621073  
Jurusan/Program Studi : Pendidikan Masyarakat

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Analisis Perbedaan Tingkat  
Pengetahuan Ibu Balita Tentang Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Intervensi  
Media Booklet di Posyandu Cipinang Muara” adalah:

1. Dibuat dan disediakan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada bulan Desember 2024 sampai dengan bulan Mei 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain dan bukan merupakan terjemahan dari karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan ini tidak benar.

Jakarta, 16 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Ega Chaerunnisa

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ega Chairunnisa  
NIM : 1109621073  
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Pendidikan masyarakat  
Alamat email : \_\_\_\_\_

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Analisis Perbedaan tingkat Pengetahuan Ibu balita tentang gizi  
Seimbang Sebelum dan sesudah intervensi media booklet di  
posyandu Cipinang Muara.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Oktober 2015

Penulis

( Ega Chairunnisa )

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Berbagai cobaan dan hal yang buat kau ragu, jadikan percikan tuk menerpa tekadmu, jalan hidupmu hanya milikmu sendiri, rasakan nikmatnya hidupmu hari ini”

(Baskara Putra- Hindia)

### **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmat-Nya serta telah memperkenankan penulis sehingga masih diberikan kesempatan untuk mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang sangat berharga – terima kasih atas doa yang selalu dilangitkan dan dukungan yang tiada henti. Terima kasih atas setiap perjuangan yang telah dilakukan demi kehidupan penulis, putri kedua dalam keluarga ini. Terima kasih juga untuk saudaraku yang selalu menjadi sumber semangat dan motivasi dalam setiap langkah penulis.
2. Untuk teman-teman yang hadir di berbagai fase kehidupan – terima kasih telah menetap dan kebersamai dalam proses penuh perjuangan ini. Terima kasih atas tawa, semangat, dan bahu yang selalu siap menjadi sandaran. Meski tak disebutkan satu per satu, kehadiran kalian sangat berarti dan akan selalu dikenang.
3. Untuk diri sendiri, terima kasih telah bertahan, bahkan saat ingin menyerah. Hidup bukan perlombaan, cukup berjalan dengan tulus. Setiap langkah berharga, sekecil apa pun. Bangga itu hakmu.
4. Untuk setiap denting nada dan lirik yang menyala-Feast, Hindia, dan seluruh band dengan jiwa musik sejenisnya, terima kasih telah menjadi bahan bakar semangat dalam setiap langkah dan malam sunyi. Musik kalian hidup dalam setiap perjalanan ini.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penelitian ini merupakan bentuk kontribusi kecil penulis dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pentingnya gizi seimbang sejak dini, dengan harapan dapat mendorong kesadaran masyarakat akan pentingnya pemenuhan gizi demi mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Penulis menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan waktu, tenaga, dan perhatian dalam proses penyusunan skripsi ini. Secara khusus, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Daddy Darmawan, S.S, M.Si dan Ibu Dr. Henny Herawati BR.D, M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi selama proses penyusunan Skripsi ini.
2. Ibu Dr. Henny Herawati BR.D, M.Pd., selaku koordinator Program Studi Pendidikan Masyarakat, serta seluruh dosen Program Studi Pendidikan Masyarakat yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan wawasan.
3. Seluruh pihak yang terlibat dan berkontribusi dalam mendukung kelancaran proses penelitian ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk menyempurnakan penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis maupun masyarakat luas, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita

Jakarta, 17 Desember 2024

Peneliti

## DAFTAR ISI

|                                                                                     |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                | <b>i</b>    |
| <b><i>ABSTRACT</i> .....</b>                                                        | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                                                      | <b>iii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>                                       | <b>iv</b>   |
| <b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>                                 | <b>v</b>    |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>                                                   | <b>vi</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                          | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                              | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                                                          | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                           | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                        | <b>xii</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                       | <b>1</b>    |
| <b>A.    Latar Belakang Masalah.....</b>                                            | <b>1</b>    |
| <b>B.    Identifikasi Masalah.....</b>                                              | <b>6</b>    |
| <b>C.    Pembatasan Masalah.....</b>                                                | <b>7</b>    |
| <b>D.    Perumusan Masalah.....</b>                                                 | <b>7</b>    |
| <b>E.    Tujuan Umum Penelitian.....</b>                                            | <b>7</b>    |
| <b>F.    Kegunaan Penelitian .....</b>                                              | <b>7</b>    |
| <b>BAB II KAJIAN TEORITIK, KERANGKA BERFIKIR, DAN HIPOTESIS<br/>PENELITIAN.....</b> | <b>9</b>    |
| <b>A.    Kajian Teoritik.....</b>                                                   | <b>9</b>    |
| <b>1.    Pengetahuan Gizi Seimbang.....</b>                                         | <b>9</b>    |
| <b>2.    Media Pembelajaran.....</b>                                                | <b>12</b>   |
| <b>3.    <i>Booklet</i>.....</b>                                                    | <b>15</b>   |
| <b>B.    Hasil Penelitian Relevan .....</b>                                         | <b>21</b>   |
| <b>D.    Hipotesis Penelitian .....</b>                                             | <b>27</b>   |
| <b>BAB III METODELOGI PENELITIAN.....</b>                                           | <b>28</b>   |

|                                                     |                                       |           |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------|
| A.                                                  | Tujuan Penelitian.....                | 28        |
| B.                                                  | Latar Tempat dan Waktu.....           | 28        |
| C.                                                  | Metode .....                          | 28        |
| D.                                                  | Populasi dan Sampel .....             | 29        |
| 1.                                                  | Populasi.....                         | 29        |
| 2.                                                  | Sampel.....                           | 29        |
| E.                                                  | Teknik Pengumpulan Data .....         | 30        |
| 1.                                                  | Kerangka Konseptual .....             | 30        |
| 2.                                                  | Definisi Operasional.....             | 31        |
| 3.                                                  | Kisi Kisi Instrumen .....             | 32        |
| 4.                                                  | Pengujian Persyaratan Instrumen.....  | 33        |
| F.                                                  | Teknik Analisis Data.....             | 36        |
| G.                                                  | Uji Hipotesis Penelitian .....        | 36        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> |                                       | <b>38</b> |
| A.                                                  | Deskripsi data hasil penelitian ..... | 38        |
| B.                                                  | Pengujian Persyaratan Analisis.....   | 47        |
| C.                                                  | <i>Uji Hipotesis</i> .....            | 49        |
| D.                                                  | Pembahasan Hasil Penelitian .....     | 50        |
| E.                                                  | Keterbatasan penelitian .....         | 52        |
| <b>BAB V KESIMPULAN.....</b>                        |                                       | <b>53</b> |
| A.                                                  | Kesimpulan .....                      | 53        |
| B.                                                  | Implikasi.....                        | 53        |
| C.                                                  | Saran.....                            | 54        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                          |                                       | <b>56</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                               |                                       | <b>60</b> |

## DAFTAR GAMBAR

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....    | 26 |
| Gambar 3.1 Kerangka Konseptual ..... | 30 |
| Gambar 4.1 Struktur keanggotaan..... | 39 |
| Gambar 4.2 Diagram Pre-Test.....     | 44 |
| Gambar 4.3 Diagram Post-test .....   | 46 |



## DAFTAR TABEL

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen.....                         | 32 |
| Tabel 3. 2 Pola Penskoran .....                             | 33 |
| Tabel 3. 3 Kriteria Interpretasi Nilai Alpha Cronbach ..... | 35 |
| Tabel 3. 4 Hasil Uji Reabilitas .....                       | 35 |
| Tabel 4. 1 Nama anggota.....                                | 39 |
| Tabel 4. 2 Data Responden.....                              | 40 |
| Tabel 4. 3 Hasil Pre-Test .....                             | 43 |
| Tabel 4. 4 Kategori Hasil Pre-test .....                    | 44 |
| Tabel 4. 5 Hasil Post-test.....                             | 45 |
| Tabel 4. 6 Kategori Hasil Post-test.....                    | 45 |
| Tabel 4. 7 Perbedaan Hasil Pre-Test dan Post-Test.....      | 47 |
| Tabel 4. 8 Tabel Hasil Uji Validitas Instrumen .....        | 48 |
| Tabel 4. 9 Hasil Uji Reliabilitas .....                     | 49 |
| Tabel 4. 10 Wilcoxon Signed Rank Test .....                 | 49 |
| Tabel 4. 11 Hasil Uji Statistik .....                       | 50 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 1 Lampiran surat undangan warga .....                                  | 60 |
| 2 Instrumen pre-test dan post-test .....                               | 61 |
| 3 Lampiran hasil uji coba instrumen .....                              | 64 |
| 4 Data hasil Pre-test dan post-test .....                              | 67 |
| 5 Lampiran Data Responden .....                                        | 69 |
| 6 Perhitungan Uji Hipotesis .....                                      | 70 |
| 7 Lampiran surat keterangan penelitian .....                           | 71 |
| 8 Lampiran kisi-kisi instrumen dan penilaian uji validitas media ..... | 72 |
| 9 Lampiran kisi-kisi dan penilaian ahli materi .....                   | 78 |
| 10 Pedoman Pembuatan Booklet .....                                     | 84 |
| 11 Lampiran booklet .....                                              | 87 |

