

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DAN PERILAKU
PEMENUHAN GIZI BEKAL MAKAN SIANG ANAK USIA DINI
DI DAYCARE SUN GLOBAL**

PUTRI APRILIA YUNIFER



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
JURUSAN GIZI**

2024

ABSTRAK

Putri Aprilia Yunifer. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dan Perilaku Pemenuhan Gizi Bekal Makan Siang Anak Usia Dini Di Daycare Sun Global. Dibimbing oleh Roziana dan Dewi Erowati.

Pemenuhan asupan gizi seimbang untuk anak usia dini sangat penting agar ia tumbuh sehat, cerdas dan aktif, untuk mewujudkannya, peran aktif orang tua didalam keluarga sangat dibutuhkan. Salah satu peran orang tua untuk mendukung tumbuh kembangnya adalah dengan selalu menyiapkan dan memenuhi kebutuhan gizi anak sesuai tahap usianya. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengetahuan orang tua terhadap perilaku pemenuhan gizi pada balita. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain cross sectional. Sampel yang diambil yaitu total keseluruhan anak usia dini berumur 1-5 tahun, data di analisa dengan deskriptif dalam bentuk univariat. Data pengetahuan ibu diambil dengan wawancara dan kuisisioner, data perilaku pemenuhan gizi pada bekal makan diambil dengan cara observasi. Hasil penelitian ini didapatkan hasil pengetahuan ibu dengan hasil baik yaitu pendidikan terakhir S1 sebanyak 55%, pada perilaku pemenuhan bekal makan siang didapatkan hasil kurang beragam sebanyak 68% dan tidak memenuhi angka kebutuhan gizi sebanyak 97%, hal ini terjadi karena tingkat pengetahuan ibu tidak menjamin perilaku ibu baik dalam pemberian pemenuhan gizi seimbang pada bekal anak.

Kata Kunci : Pengetahuan, Perilaku, Jenis dan Jumlah Bahan Makanan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dan Perilaku Pemenuhan Gizi Bekal Makan Siang Anak Usia Dini di Daycare Sun Global” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus- tulusnya kepada :

1. Rully Hevriani, SST. Bdn, M. Keb, MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Fitri, SP, MKM selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Roziana, SST, M.Gizi selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik.
4. Dewi Erowati, S.Gz. MPH selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini.
5. Dra. Lily Restusari, M.Farm, Apt selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini.
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir.
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis.
8. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 27 Mei 2024

Putri Aprilia Yunifer
P032113411070

DAFTAR ISI

ABSTRACT	v
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
RIWAYAT HIDUP	xvii
BAB I.....	18
PENDAHULUAN	18
1.1 Latar Belakang	18
1.2 Rumusan Masalah	20
1.3 Tujuan Penelitian.....	20
1.3.1 Tujuan Umum	20
1.3.2 Tujuan Khusus	20
1.4 Manfaat Penelitian.....	20
1.4.1 Bagi peneliti.....	20
1.4.2 Bagi Institusi Gizi	20
1.4.3 Bagi Masyarakat	20
1.5 Ruang Lingkup.....	21
BAB II.....	22
TINJAUAN PUSTAKA.....	22
2.1. Anak Usia Dini	22
2.2 Gizi Seimbang.....	23
2.2.1 Pengertian Gizi Seimbang	23
2.2.2 Bahan Makanan	24
2.2.3 Zat Makanan	25
2.2.4 Gizi Seimbang Sesuai Kelompok Umur	27
2.3 Cara Pemberian Makan Untuk Anak	31
2.4 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian Makanan Pada Balita.....	32
2.4.1 Pengetahuan dan Pendidikan Ibu	32

2.4.2 Kebiasaan Makan.....	33
2.5 Bekal Makanan.....	33
2.5.1 Manfaat Bekal Makanan	34
2.5.2 Faktor yang Mempengaruhi Pemberian Bekal Makanan	34
2.5.3 Pemenuhan Asupan Gizi Melalui Bekal Makanan Sehat	35
2.5.4 Bekal Makan Siang atau Lunch Box.....	35
2.6 Keragaman Makanan	36
2.6.1 Mengonsumsi Keanekaragaman Makanan.....	37
BAB III.....	39
KERANGKA KONSEP	39
3.1 Kerangka Konsep	39
3.2 Definisi Operasional	39
BAB IV	41
METODE PENELITIAN	41
4.1 Jenis Penelitian.....	41
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
4.3 Populasi dan Sampel.....	41
4.3.1 Populasi	41
4.3.2 Sampel	41
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	41
4.4.1 Jenis Data.....	41
4.4.2.Cara Pengumpulan Data.....	42
4.5 Pengolahan dan Analisis Data	42
4.5.1 Pengolahan Data	42
4.5.2 Analisa Data.....	43
BAB V.....	44
HASIL DAN PEMBAHASAN	44
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
5.2 Pengetahuan Ibu	44
5.3 Perilaku Pemenuhan Gizi melalui Bekal Makan Siang	48
5.3.1 Kelengkapan Ragam Gizi.....	48
5.3.2 Jumlah dan Porsi Gizi	52
BAB VI	55
KESIMPULAN DAN SARAN	55

6.1 Kesimpulan	55
6.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk Berbagai Kelompok Umur	30
Tabel 2. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk umur 2-5 Tahun	30
Tabel 3. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk Makan Siang .	36
Tabel 4. Definisi Operasional	39
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pengetahuan Ibu	44
Tabel 7. Distribusi Kelengkapan Ragam Gizi dengan Pengetahuan Ibu	48
Tabel 8. Distribusi Kelengkapan Gizi	50
Tabel 9. Distribusi Jumlah Porsi Makanan dengan Pengetahuan Ibu	52
Tabel 10. Jumlah Kebutuhan Makan Siang.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	39
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent.....	61
Lampiran 2. Formulir Kuisisioner.....	62
Lampiran 3. Contoh Formulir Observasi Kelengkapan Gizi	65
Lampiran 4. Contoh Formulir Obsevasi Jumlah dan Porsi Gizi	66
Lampiran 5. Formulir Hasil Observasi Kelengkapan Gizi Hari Pertama	67
Lampiran 6. Formulir Hasil Observasi Kelengkapan Gizi Hari Kedua.....	69
Lampiran 7. Formulir Hasil Observasi Kelengkapan Gizi Hari Ketiga	71
Lampiran 8. Formulir Hasil Obsevasi Jumlah dan Porsi Gizi Hari Pertama	73
Lampiran 9. Formulir Hasil Obsevasi Jumlah dan Porsi Gizi Hari Kedua.....	75
Lampiran 10. Formulir Hasil Obsevasi Jumlah dan Porsi Gizi Hari Ketiga.....	77
Lampiran 11. Master Tabel Hari Pertama	79
Lampiran 12, Master Tabel Hari Kedua.....	81
Lampiran 13. Master Tabel Hari Ketiga	83
Lampiran 14. Dokumentasi Bekal Makan Siang Anak.....	85