

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG ISI PIRINGKU  
UNTUK ANAK USIA PRASEKOLAH (4-6) TAHUN  
DI RW 01 KELURAHAN ADIREJO KEPANJEN**



**OLEH  
AJENG DEWI SAPUTRI.  
NIM 18.1.062**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN  
2020/2021  
KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG ISI PIRINGKU  
UNTUK ANAK USIA PRASEKOLAH (4-6) TAHUN  
DI RW 01 KELURAHAN ADIREJO KEPANJEN**

Dijikan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ahli Madya Farmasi Pada Prodi Keperawatan  
Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan  
RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH  
AJENG DEWI SAPUTRI.  
NIM 18.1.062**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN  
2020/2021**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ajeng Dewi Saputri  
Tempat, Tgl. Lahir : Malang, 31 Mei 2000  
NIM : 18.1.062  
Alamat : JL. Adimulyo 105 RT.01 RW.01 Kel. Ardirejo, Kec.  
Kapanjen, Kab. Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika kemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 23 Juli 2021

Yang menyatakan



Ajeng Dewi Saputri

NIM. 18.1.062

## **CURRICULUM VITAE**



Nama : Ajeng Dewi Saputri

Tempat, tanggal lahir : Malang, 31 Mei 2000

Alamat Rumah : JL. Adimulyo 105 RT.01 RW.01 Kel. Ardirejo,  
Kec. Kepanjen, Kab. Malang

Nama orang tua

    a. Ayah : Nur Sodiq

    b. Ibu : Rini Nur Hayati

Riwayat pendidikan :

SD : SD NEGERI ARDIREJO 01 KEPANJEN

SMP : SMP NEGERI 1 KEPANJEN

SMA : SMK ISLAM KEPANJEN

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan  
di Depan Tim Penguji

Tanggal, 23 Juli 2021

Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep



Dr. Juliati Koesrini, M.KPd

## LEMBAR PENGESAHAN

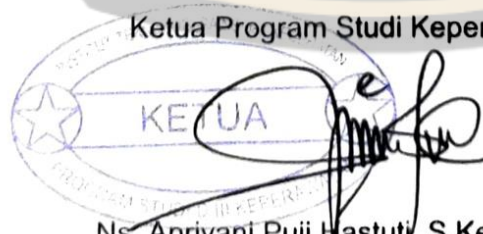
Telah Diuji dan Disetujui Tim Penguji pada Ujian Sidang  
Di Program Studi Keperawatan ITSK RS. Dr. Soepraoen Malang

Tanggal, Juli 2021

TIM PENGUJI	
Nama	Tanda Tangan
Ketua Ns. Tien Aminah, M. Kep	
Anggota :1. Ns. Dian Pitaloka P., M.Kep	
2. Ns. Apriyani Puji H, M.Kep	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Apriyani Puji Hastuti, S.Kep.,M.Kep.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul gambaran pengetahuan ibu tentang isi piringku untuk anak usia 4-6 tahun di RW 01 Kelurahan Ardirejo Kepanjen sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis sebagai satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arief Efendi, S.MPh.,SH(Adv), S.Kep.Ners, M.M. M.Kes, selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang
2. Ibu Ns. Apriyani Puji Hastuti, S.Kep.,M.Kep. selaku ketua Prodi Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang. Dan selaku pembimbing I dalam Karya Tulis Ilmiah ini yang telah memberikan saran dalam Karya Tulis Ilmiah ini
3. Ibu Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen, M.KPd, selaku pembimbing II dalam Karya Tulis Ilmiah ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
4. Ibu Ns. Tien Aminah, M. Kep sebagai penguji I dalam Karya Tulis Ilmiah ini yang banyak memberikan masukan dan arahan kepada penulis
5. Ibu Ns. Dian Pitaloka P., M.Kep sebagai penguji II dalam Karya Tulis Ilmiah ini dan memberikan bimbingan dan arahan
6. Kedua orang tuaku yang paling saya cintai dan saya sayangi terima kasih telah telah memberikan dukungan dan doa dalam menyelesaikan kuliah ini.

7. Bagi responden yang memberikan kesempatan dan membantu saya dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah saya
8. Bapak, Ibu, Kakak tercinta, dan rekan – rekan mahasiswa Prodi Keperawatan yang selalu memberikan dukungan, doa, dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dalam semua pihak.



Malang, 26 Juli 2021

Penulis



## ABSTRAK

Saputri, Ajeng Dewi. 2021. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku Untuk Anak Usia Prasekolah (4-6) Tahun di RW 01 Kelurahan Ardirejo Kepanjen*. Karya Tulis Ilmiah Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ners. Apriyani Puji Hastuti, M. Kep, Pembimbing II Dr. Juliati Koesrini, M.KPd

isi piringku adalah sayur dan buah, sedangkan setengahnya lagi adalah makanan pokok dan lauk pauk pada anak usia 4-6 (tahun) penting untuk mencapai pengetahuan isi piringku. Buah dan sayur merupakan sumber pangan yang kaya akan vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan . Pada penelitian ini PGS yang digunakan adalah Piring Makanku (sajian sekali makan) karena agar dapat memberikan panduan sajian sekali makan sesuai pedoman atau anjuran.

Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan populasi seluruh ibu yang mempunyai anak usia 4-6 tahun di RW 01 Kelurahan Ardirejo Kepanjen sejumlah 19 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak usia 4-6 (tahun) di RW 01 Kelurahan Ardirejo Kepanjen sejumlah 19 orang didapatkan dengan *Total Sampling*. Penelitian ini menggunakan lembar kuisioner sebagai alat ukur dan data yang didapatkan dianalisa menggunakan analisis *univariant*.

Hasil penelitian menunjukkan hampir setengah responden mengetahui tentang isi piringku Kurang (8 orang atau 42%), hampir setengah responden mengetahui isi piringku cukup (6 orang atau 32%) dan baik (5 orang atau 26%). Melihat hasil penelitian diatas, maka diperlukan pengetahuan dan informasi tentang isi piringku yang tepat agar pemenuhan gizi seimbang dengan program isi piringku diterapkan.

**Kata Kunci : Pengetahuan, ibu, Isi Piringku.**

## ABSTRACT

Saputri, Ajeng Dewi. 2021. Description of Mother's Knowledge of the Contents of My Plate for Preschool Age Children (4-6) Years Old at RW 01, Ardirejo Kepanjen Village. Scientific Writing of Nursing Study Program, Institute of Health and Science Technology dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ners. Apriyani Puji Hastuti, M. Kep, Supervisor II Dr. Juliati Koesrini, M.KPd

the contents of my plate are vegetables and fruit, while the other half are staple foods and side dishes for children aged 4-6 (years) it is important to achieve knowledge of the contents of my plate. According to the general guidelines for balanced nutrition (PUGS) the composition of the dish must consist of rice, side dishes, vegetables and fruits which are naturally very high in value, namely staple foods as a source of energy, side dishes as a source of protein and fat, vegetables and fruit as a source of minerals and vitamins. Fruits and vegetables are food sources that are rich in vitamins and minerals that are very beneficial for health, development and growth.

The research design used in this research is descriptive, that is, a study conducted to describe a phenomenon that occurs in society, namely all mothers who have children aged 4-6 years on Jl. Adimulyo Kepanjen RW 01 Ardirejo Kepanjen Village was obtained by Total Sampling. This study used a questionnaire sheet as a measuring tool and the data obtained were analyzed using univariant analysis.

The results showed that almost half of the respondents knew about the contents of my plate. Less (8 people or 42%), almost half of the respondents knew that the contents of my plate were sufficient (6 people or 32%) and good (5 people or 26%). Seeing the results of the research above, it is necessary to have knowledge and information about the correct contents of my plate so that the fulfillment of balanced nutrition with the contents of my plate program is implemented.

**Keywords: Knowledge, mother, Fill My Plate.**

## DAFTAR ISI

Cover Dalam .....	ii
Lembar Pernyataan .....	iii
<i>Curriculum Vitae</i> .....	iv
Lembar Persetujuan .....	v
Lembar Pengesahan .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Abstrak .....	ix
Daftar Isi .....	xi
Daftar Gambar .....	xiv
Daftar Tabel .....	xv
Daftar Lampiran .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Pengetahuan .....	6
2.1.1 Pengertian Pengetahuan Gizi Seimbang .....	6
2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	8
2.1.3 Hubungan ilmu dan Pengetahuan .....	11
2.1.4 Pengukuran Pengetahuan.....	12
2.2 Konsep Dasar Nutrisi .....	12
2.2.1 Mengonsumsi Makanan Beragam.....	13
2.2.2 Membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat .....	14
2.2.3. Melakukan Aktivitas Fisik .....	15
2.2.4 Mempertahankan dan Memantau Berat Badan Normal	15
2.2.5 10 Pesan Gizi Seimbang Menurut Kemenkes RI 2014..	16
2.2.6 Proporsi Makan Sesuai Pedoman Yang Seimbang .....	19
2.2.7 Pengertian Stunting .....	24
2.2.8 Kebutuhan Pola Makan Anak.....	25

2.3 Konsep Anak .....	29
2.3.1 Karakteristik Usia Prasekolah .....	30
2.3.2 Peran Makanan Bagi anak .....	31
2.3.3 Konsep Ibu.....	31
2.3.4 Peran Ibu dalam Pemenuhan Gizi Anak .....	32
2.4 Kerangka Konsep .....	33
2.4.1 Deskripsi Kerangka Konsep .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	35
3.2 Kerangka Kerja .....	36
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	37
3.3.1 Populasi .....	37
3.3.2 Sampel .....	37
3.3.3 Sampling.....	37
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	37
3.4.1 Identifikasi Variabel .....	37
3.4.2 Definisi Operasional .....	38
3.5 Pengumpulan dan Analisa Data .....	41
3.5.1 Proses Pengumpulan Data.....	41
3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	41
3.5.3 Waktu dan Tempat Pengumpulan Data.....	42
3.5.4 Analisa Data.....	42
3.6 Etika Penelitian .....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian.....	48
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	48
4.1.2 Data Umum.....	48
4.1.3 Data Khusus .....	50
4.2 Pembahasan .....	51
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	54
5.2 Saran .....	54

DAFTAR PUSTAKA ..... 56  
LAMPIRAN ..... 58



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Gizi Seimbang .....	19
Gambar 2.2 Isi Piringku.....	22





## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian .....	39
Tabel 3.2 Coding.....	43
Tabel 3.3 Skor Instrumen Penelitian .....	45
Tabel 4.1 Data Umum Responden .....	49
Tabel 4.2 Faktor Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku .....	50
Tabel 4.3 Tabulasi Silang Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku. ....	51



## Daftar Lampiran

Lampiran 1 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	58
Lampiran 2 Petunjuk Pengisian Kuisisioner.....	59
Lampiran 3 Kisi-kisi Kuisisioner Penelitian .....	60
Lampiran 4 Soal Kuisisioner Penelitian .....	61
Lampiran 5 Rekapitulasi Data Umum .....	65
Lampiran 6 Rekapitulasi Data Khusus .....	66
Lampiran 7 Lembar Bukti Revisi Ujian Proposal KTI.....	68
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian .....	69
Lampiran 9 Surat Izin Bakesbanpol .....	70
Lampiran 10 Dokumentasi Pengerjaan Kuisisioner .....	71

