



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI TENTANG 1000 HARI PERTAMA
KEHIDUPAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
VETERAN JAKARTA
TAHUN 2017**

SKRIPSI

LISA RATNA SARI

1310713011

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT
2017**



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI TENTANG 1000 HARI PERTAMA
KEHIDUPAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
VETERAN JAKARTA
TAHUN 2017**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**LISA RATNA SARI
1310713011**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Lisa Ratna Sari

NRP : 1310713011

Tanggal : 17 Juli 2017

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Juli 2017

Yang menyatakan,



(Lisa Ratna Sari)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lisa Ratna Sari
NRP : 1310713011
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul *Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2017*

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 17 Juli 2017

Yang menyatakan,



(Lisa Ratna Sari)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Lisa Ratna Sari
NRP : 1310713011
Program Studi : S-1 Kesehatan Masyarakat
Judul Skripsi : Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang 1000 Hari Pertama
Kehidupan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswi
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan
Nasional Veteran Jakarta Tahun 2017

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) pada Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Terry Yuliana, SKM. MKM.

Ketua Penguji



Dr. Ir. Reda Rizal, BSc, M.Si



Ayu Anggraeni Dyah Purbasari, SKM. MPH.

Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sitti, SKP. MARS

Dekan FKES UPNVJ



Ayu Anggraeni Dyah Purbasari, SKM. MPH.

Ka. Prodi

Dilakukan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 17 Juli 2017

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI TENTANG 1000 HARI
PERTAMA KEHIDUPAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN
SIKAP MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
VETERAN JAKARTA TAHUN 2017**

Lisa Ratna Sari

Abstrak

1000 Hari Pertama Kehidupan yaitu 270 hari masa kehamilan dan 730 hari pertama kehidupan bayi yang dilahirkan merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Sampel terdiri dari 99 mahasiswi. Penyuluhan gizi di bagi menjadi tiga pertemuan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Media yang digunakan adalah media visual (*slide*) dan audiovisual (*video*). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap mahasiswi dianalisis dengan uji *Paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan gizi, hanya 3,0% mahasiswi yang memiliki pengetahuan baik dan 47,5% mahasiswi yang bersikap positif. Setelah penyuluhan gizi, terdapat 58,6% mahasiswi yang memiliki pengetahuan baik dan 57,6% mahasiswi yang bersikap positif. Ada perbedaan antara pengetahuan dan sikap mahasiswi setelah diberikan penyuluhan gizi 1000 HPK. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, ada pengaruh penyuluhan gizi tentang 1000 HPK terhadap pengetahuan dan sikap gizi mahasiswi. Diharapkan untuk Himpunan S-1 Akuntansi dan Badan Eksekutif Mahasiswa tingkat Universitas dapat membuat program kesehatan khususnya penyuluhan kesehatan gizi.

Kata Kunci : Penyuluhan Gizi, 1000 HPK, Pengetahuan, Sikap, Mahasiswi

**THE INFLUENCE OF NUTRITIONAL COUNSELING ABOUT
THE FIRST 1000 DAYS OF LIFE ON THE KNOWLEDGE
AND ATTITUDE OF THE FACULTY OF ECONOMICS
AND BUSINESS OF PEMBANGUNAN NASIONAL
VETERAN UNIVERSITY JAKARTA 2017**

Lisa Ratna Sari

Abstract

The first 1000 days of human life—270 days of pregnancy and 730 days after delivery—is one of the important quality determinants of human resources. The purpose of this research is to know the influence of nutrition counseling about First 1000 Days of Life to Knowledge and Attitude of Student of Faculty of Economics and Business of Pembangunan Nasional Veteran University Jakarta. The sample consists of 99 female students. The nutrition counseling was divided into three meetings using lecture and discussion methods. The media used are visual media (slide) and audiovisual (video). The influence of nutritional counseling on the knowledge and attitude of female students was analyzed by Paired sample t-test. The results showed that prior to nutritional counseling, only 3.0% of female students had good knowledge and 47.5% of female students were positive. After nutritional counseling, there were 58.6% of female students with good knowledge and 57.6% of female students who were positive. There is a difference between the knowledge and attitudes of female students after being given a nutrition counseling of 1000 HPK. Based on the results of the research can be concluded that, there is influence nutrition counseling about 1000 HPK to the knowledge and attitude of student nutrition. Expected for Accounting S-1 Association and Student Executive Board of University level can make health program especially nutrition health counseling.

Keyword : Counseling Nutrition, 1000 HPK, Knowledge, Attitude, Student

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum. Wr. Wb

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas anugerah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Skripsi ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan Tugas akhir skripsi Program Studi S1. Kesehatan Masyarakat pada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta (UPNVJ). Pembuatan skripsi ini merupakan pengalaman yang sangat mengesankan, dalam proses pembuatan skripsi ini penulis mendapat bantuan serta dorongan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada: Ibu Ayu Anggraeni Purbasari, SKM, MPh, selaku Kepala Program Studi S1. Kesehatan Masyarakat UPN “Veteran” Jakarta dan pembimbing skripsi, Orangtua tercinta yang senantiasa memberikan bantuan moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, Suami tercinta Andryan Batistuta Pratama yang senantiasa memberikan dukungan serta do’a yang tulus sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, Anak-ku tersayang Elyumna Calistuta Khaliluna Orlin yang senantiasa memberikan dorongan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, Rekan-rekan mahasiswa S-1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2013 yang telah memberikan motivasi serta bantuan dalam hal pembuatan skripsi ini. Dan semua pihak yang membantu penulis, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis mohon maaf atas segala kekurangan dan kekhilafan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Wassalamualaikum. Wr. Wb

Jakarta, 17 Juli 2017

Penulis

Lisa Ratna Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Pendidikan Kesehatan	7
II.2 Proses Pendidikan Kesehatan	8
II.3 Penyuluhan Kesehatan	8
II.4 Metode dalam Penyuluhan Kesehatan	10
II.5 Media dalam Penyuluhan Kesehatan	13
II.6 Materi dalam Penyuluhan Kesehatan	15
II.7 Perilaku Gizi.....	16
II.8 Pengetahuan Gizi.....	17
II.9 Sikap Gizi	18
II.10 Penyuluhan Gizi 1000 HPK dalam Proses Perubahan Perilaku.....	20
II.11 Penyuluhan Gizi di Perguruan Tinggi Proses Perubahan Perilaku	22
II.12 Kelompok Pangan	24
II.13 Gerakan 1000 HPK dan Tahapan Gizi 1000 HPK.....	32
II.14 Kegiatan 1000 Hari Pertama Kehidupan.....	59
II.15 Remaja.....	60
II.16 Gizi Remaja Pra Reproduksi	62
II.17 Proses Penyuluhan Gizi 1000 HPK.....	66
II.18 Kerangka Teori.....	67
BAB III METODE PENELITIAN.....	68
III.1 Kerangka Konsep	68
III.2 Hipotesis.....	68
III.3 Definisi Operasional.....	69
III.4 Jenis Penelitian	72
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	73

III.6	Populasi dan Sampel Penelitian	74
III.7	Metode Pengumpulan Data	76
III.8	Pengolahan dan Analisis Data	79
III.9	Metode Pengukuran.....	80
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		81
IV.1	Gambaran UPN “Veteran” Jakarta.....	81
IV.2	Uji Validitas dan Reliabilitas	83
IV.3	Uji Normalitas	84
IV.4	Karakteristik Responden dan Orangtua Responden.....	85
IV.5	Pengetahuan	88
IV.6	Sikap.....	94
IV.7	Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Mahasiswi	97
IV.8	Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Sikap Mahasiswi	98
IV.9	Pembahasan Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan.....	98
IV.10	Pembahasan Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Sikap Mahasiswi.....	101
IV.11	Keterbatasan Penelitian	103
BAB V PENUTUP.....		104
V.1	Kesimpulan.....	104
V.2	Saran.....	105
DAFTAR PUSTAKA		106
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kelompok Makanan Pokok Sumber Karbohidrat.....	25
Tabel 2	Kelompok Lauk Pauk Sumber Protein Nabati.....	27
Tabel 3	Kelompok Lauk Pauk Sumber Protein Hewani I.....	27
Tabel 4	Kelompok Lauk Pauk Sumber Protein Hewani II.....	28
Tabel 5	Kelompok Lauk Pauk Golongan A Rendah Lemak.....	28
Tabel 6	Kelompok Lauk Pauk Golongan B Lemak Sedang.....	29
Tabel 7	Kelompok Lauk Pauk Golongan C Tinggi Lemak.....	29
Tabel 8	Kelompok Pangan Sayuran I.....	30
Tabel 9	Kelompok Pangan Sayuran II.....	30
Tabel 10	Kelompok Buah-Buahan.....	31
Tabel 11	Kategori Hasil Perhitungan IMT.....	33
Tabel 12	Kecukupan Gizi Wanita Hamil.....	35
Tabel 13	Peningkatan Kebutuhan Vitamin B Selama Kehamilan.....	38
Tabel 14	Gangguan Akibat Kekurangan Yodium.....	41
Tabel 15	Susunan Menu Sehari Ibu Hamil Trimester Pertama.....	43
Tabel 16	Susunan Menu Sehari Ibu Hamil Trimester Kedua Dan Ketiga.....	44
Tabel 17	Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Ibu Menyusui.....	52
Tabel 18	Contoh Susunan Menu Sehari Untuk Ibu Menyusui.....	53
Tabel 19	Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bayi 0-6 Bulan.....	54
Tabel 20	Perbedaan ASI Dan Susu Formula.....	56
Tabel 21	Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bayi 7-24 Bulan.....	57
Tabel 22	Prinsip Pemberian MPASI.....	58
Tabel 23	Waktu Pelaksanaan Pemberian Materi.....	78
Tabel 24	Distribusi Mahasiswa Pada Program Studi FEB UPNVJ.....	82
Tabel 25	Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Program Studi S1. Akuntansi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis UPNVJ.....	82
Tabel 26	Uji Normalitas Pengetahuan Dan Sikap.....	84
Tabel 27	Distribusi Frekuensi Usia.....	85
Tabel 28	Distribusi Frekuensi Lamanya Studi (Semester).....	85
Tabel 29	Distribusi Frekuensi Uang Saku (Per Bulan).....	85
Tabel 30	Distribusi Frekuensi Pernah Mendapatkan Materi Gizi 1000 HPK... ..	86
Tabel 31	Distribusi Frekuensi Tempat Tinggal.....	86
Tabel 32	Distribusi Frekuensi Pendidikan Ayah Dan Ibu.....	87
Tabel 33	Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ayah Dan Ibu.....	87
Tabel 34	Distribusi Frekuensi Pengetahuan Mahasiswi Sebelum Diberikan Penyuluhan Gizi.....	88
Tabel 35	Skor Pengetahuan Mahasiswi Sebelum Diberikan Penyuluhan Gizi.....	89
Tabel 36	Distribusi Pengetahuan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi.....	89
Tabel 37	Skor Pengetahuan Mahasiswi Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi.....	90
Tabel 38	Distribusi Sikap Mahasiswi Sebelum Diberikan Penyuluhan.....	94
Tabel 39	Skor Sikap Mahasiswi Sebelum Diberikan Penyuluhan Gizi.....	95
Tabel 40	Distribusi Sikap Mahasiswi Sesudah Diberikan Penyuluhan.....	95
Tabel 41	Skor Sikap Mahasiswi Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi.....	95
Tabel 42	Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Pengetahuan Mahasiswi.....	97
Tabel 43	Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Sikap Mahasiswi.....	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI.....	51
Gambar 2	Siklus Gangguan Pertumbuhan Inter Generasi	65
Gambar 3	Input Proses Output Penyuluhan.....	66
Gambar 4	Kerangka Teori Modifikasi Dari Notoatmodjo Dan Lawren Green Dalam Maulana (2009).....	67
Gambar 5	Kerangka Konsep Penelitian	68
Gambar 6	Model Rancangan Penelitian.....	73
Gambar 7	Waktu Penelitian	74
Gambar 8	Distribusi Pengetahuan Mahasiswi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi 1000 HPK	90
Gambar 9	Distribusi Sikap Mahasiswi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi 1000 HPK	96

DAFTAR SINGKATAN

HPK	: Hari Pertama Kehidupan
SDM	: Sumber Daya Manusia
SDKI	: Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia
AKI	: Angka Kematian Ibu
KEK	: Kekurangan Energi Kronis
PTN	: Perguruan Tinggi Negeri
SMA	: Sekolah Menengah Atas
UPN	: Universitas Pembangunan Nasional
UPNVJ	: Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
FEB	: Fakultas Ekonomi dan Bisnis
IMD	: Inisiasi Menyusui Dini
ASI	: Air Susu Ibu
MPASI	: Makanan Pendamping ASI
PASI	: Pendamping ASI
KIE	: Komunikasi Informasi dan Edukasi
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SUN	: <i>Scaling Up Nutrition</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
BBLR	: Berat Bada Lahir Rendah
LILA	: Lingkar Lengan Atas
NTD	: <i>Neural Tubes Defects</i>
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
Kkal	: kilo kalori
g	: gram
mcg	: mikrogram
mg	: milligram
cc	: <i>cubic centimeter</i>
RE	: <i>retinol equivalents</i>
Ig A	: Immunoglobulin A
IURG	: <i>Intra Uterine Growth Retardation</i>
H0	: Hipotesis nol
Ha	: Hipotesis alternative
SS	: Sangat Setuju
S	: Setuju
TS	: Tidak Setuju
STS	: Sangat Tidak Setuju

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 2	Surat Balasan dari FEB UPNVJ
Lampiran 3	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 4	Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 5	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 8	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 9	Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> per item Pertanyaan Pengetahuan
Lampiran 10	Hasil Jawaban Responden Pengetahuan
Lampiran 11	Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> per item Pertanyaan Sikap
Lampiran 12	Hasil Jawaban Responden Sikap
Lampiran 13	Master Tabel
Lampiran 14	Hasil Uji <i>Paired Sample t-test</i> Pengetahuan dan Sikap
Lampiran 15	Rincian Biaya
Lampiran 16	Dokumentasi