



TUGAS AKHIR_ 33412301066

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG ISI
PIRINGKU DI POSYANDU HIU DESA DHARMA TANJUNG
KABUPATEN SAMPANG**

**ROISAH DINIYAH
NRP. 33412301066**

**Dosen Pembimbing :
Cantika Iva Nugrahani, SST., M.Keb
Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.Kes**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
SAMPANG
2026**

TUGAS AKHIR

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG ISI PIRINGKU DI POSYANDU HIU DESA DHARMA TANJUNG KABUPATEN SAMPANG



Laporan Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Program Studi Keperawatan
Di Jurusan Kesehatan

Oleh:
Roisah Diniyah

PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

Penulis : Roisah Diniyah

NRP : 33412301066

Program Studi : Diploma 3 Keperawatan

Jurusan : Kesehatan

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.
Ditandatangani di Sampang,

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Cantika Iva Nugrahani, S.S.T., M.Keb.
NIP. 199303222022032010



Kuzzairi, S.Kep., NS., MH., M.Kes.
NIPPPK. 197811022025211033

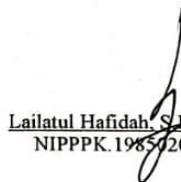
Mengetahui,

Ketua Jurusan
Kesehatan

Koordinator Program Studi
Diploma 3 Keperawatan



Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIPPPK. 199005252025211101



Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK. 198502022025212061

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG ISI
PIRINGKU DI POSYANDU DESA DHARMA TANJUNG
KABUPATEN SAMPANG**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Ahli Madya Keperawatan

Pada

Jurusan Kesehatan

Politeknik Negeri Madura

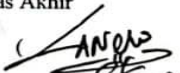
Oleh :

Roisah Diniyah

33412301066

Tugas Akhir ini telah disidangkan pada tanggal 18 Februari 2026 dan telah sesuai dengan ketentuan.

Disetujui Tim Penguji Tugas Akhir

1. Cantika Iva Nugrahani, S.S.T., M.Keb ()
2. Kuzzairi, S.Kep.,NS.,MH.,M.Kes ()
3. Hilmah Noviadry R., S.Kep., Ns., M.Kes ()
4. Honesty Pujiyani, M. Tr. Keb ()
5. Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes ()

SAMPANG

Februari, 2026

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya mahasiswa Politeknik Negeri Madura, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset Dan Teknologi:

Nama : Roisah Diniyah
NRP : 33412301066
Program Studi : D III Keperawatan
Jurusan : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya buat dengan Judul Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan literatur hasil kuliah, survei lapangan, bimbingan dengan dosen pembimbing dan pembimbing penelitian, melalui tanya jawab ataupun asistensi serta buku-buku jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada tugas akhir ini.
2. Bukan merupakan duplikat yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas/ perguruan tinggi lain, kecuali bagian-bagian tertentu digunakan referensi pendukung untuk melengkapi informasi dan sumber informasi dengan dicantumkan melalui referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya tulis terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada tugas akhir ini.

Jika terbukti saya tidak memenuhi apa yang telah saya nyatakan seperti apa yang diatas, maka tugas akhir saya ini dibatalkan.

Sampang, Februari 2026



Roisah Diniyah
NRP. 33412301066

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG ISI PIRINGKU DI POSYANDU HIU DESA DHARMA TANJUNG KABUPATEN SAMPANG

Nama	: Roisah Diniyah
Nrp	: 33412301066
Program Studi	: D3 Keperawatan
Pembimbing 1	: Cantika Iva Nugrahani, SST., M.Keb
Pembimbing 2	: Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.Kes

ABSTRAK

Pendahuluan: Pemenuhan gizi seimbang pada balita merupakan faktor penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Program isi piringku dirancang sebagai panduan konsumsi gizi seimbang yang harus dipahami secara mendalam oleh balita sebagai pengasuh utama. Akan tetapi pengetahuan ibu tentang konsep isi piringku masih bervariasi, khususnya dilayanan kesehatan masyarakat seperti posyandu. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini meliputi seluruh ibu balita yang memiliki balita di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang berisi pertanyaan tentang pengetahuan ibu mengenai isi piringku. Data dianalisis secara univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi serta persentase. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu balita tentang isi piringku terbagi kedalam kategori baik, cukup, dan kurang dengan proporsi yang berbeda-beda. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian ibu balita belum sepenuhnya memahami konsep isi piringku. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang masih memerlukan peningkatan. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu berperan aktif dalam memberikan edukasi gizi secara berkelanjutan. Hal ini bertujuan agar pemahaman ibu balita terhadap penerapan konsep isi piringku menjadi lebih optimal.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Balita, Isi Piringku, Posyandu

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG ISI
PIRINGKU DI POSYANDU HIU DESA DHARMA TANJUNG
KABUPATEN SAMPANG**

Nama	: Roisah Diniyah
Nrp	: 33412301066
Program Studi	: D3 Keperawatan
Pembimbing 1	: Cantika Iva Nugrahani, SST., M.Keb
Pembimbing 2	: Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.Kes

ABSTRACT

Introduction: Meeting balanced nutritional needs in toddlers is an important factor in supporting optimal growth and development. The my plate programme is designed as a guide to balanced nutritional that must be thoroughly understood by toddlers as their primary caregivers. However, mother's knowledge of the my plate concept still varies, especially in public health services such as integrated health service posts (posyandu).

Objective: This study aims to determine the level of knowledge about my plate at the Hiu Posyandu In Dharma Tanjung Village, Sampang Regency.

Methods: The study used a descriptive method with a quantitative approach. The population in this study included all mothers of toddlers at the Hiu Posyandu In Dharma Tanjung Village, Sampang Regency. The sampling technique used total sampling. Data collection was conducted through a questionnaire containing question about mothers' knowledge of the contents of their plates. The data analysed univariately and presented in the form of frequency distributions and percentages. **Results:** The results showed that mothers' knowledge of the contents of my plate was divided into good, adequate, and poor categories with varying proportions. These findings indicate that some mothers do not fully understand the concept of the content of my plate. **Conclusion:** Based of the results, it can be concluded that mothers' knowledge of the contents of my plate at the hiu posyandu in dharma tanjung village, sampang regency, still needs involvement.

Keywords: Knowledge, Mothers Of Toddlers, Integrated Health Service, Post

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“ IMPIAN HARUS DIUSAHAKAN BUKAN DINIATKAN”
“Even If You Fail, Don't Give Up. Learn From It And Move Forward”

Persembahan:

Peneliti persembahkan Karya Tulis Ilmiah ini kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kelancaran dari setiap proses yang saya lewati
2. Pak dan Mak, sosok luar biasa yang senantiasa menjadi penyemangat dan sandaran terkuat dalam setiap langkah penulis. Terima kasih atas kasih sayang, doa, dukungan, serta motivasi yang tiada henti diberikan hingga penulis mampu mencapai titik ini.
3. Seluruh keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta doa selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini. Kehadiran dan kasih sayang kalian menjadi motivasi bagi penulis untuk terus berjuang dan menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
4. Dosen pembimbing yang telah dengan penuh kesabaran memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Seluruh member NCT terutama NCT DERAM (Mark, Renjun, Jeno, Haechan, Chenle, Jisung) yang telah menjadi penyemangat dan memberikan inspirasi bagi penulis dalam proses penyusunan tugas akhir ni.
6. Dan terakhir, untuk diri saya sendiri, terimakasih telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah hingga sampai pada titik ini. Segala proses, tantangan serta usaha yang telah dilalui menjadi bukti bahwa setiap perjuangan tidak akan sia-sia.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘alamin, segala puji hanya milik Allah SWT. Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Atas limpahan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan Proposal Tugas Akhir ini dengan baik meskipun terdapat berbagai hambatan dalam prosesnya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan.

Penyusunan Tugas Akhir ini merupakan salah satu syarat akademik yang harus dipenuhi oleh mahasiswa Diploma 3 Program Studi Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Madura. Melalui penelitian ini, peneliti mengangkat sebuah topik yang berhubungan dengan kondisi kesehatan masyarakat, khususnya terkait pemenuhan gizi pada balita. Adapun judul Tugas Akhir ini adalah **“Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang”**.

Pemilihan judul ini dilatar belakangi oleh pentingnya penerapan pedoman isi piringku sebagai upaya untuk meningkatkan pola makan sehat pada anak balita. Pengetahuan ibu mengenai komposisi makanan seimbang sangat berperan dalam tumbuh kembang anak, sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ilmiah maupun praktis serta menjadi bahan pertimbangan dalam peningkatan edukasi kepada masyarakat, khususnya ibu balita.

Terselesainya Tugas Akhir ini tentu tidak lepas dari bantuan, dukungan, doa, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar – besarnya kepada:

1. Laily Ulfiyah, M.T., selaku Direktur Politeknik Negeri Madura yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada peneliti untuk menempuh serta menyelesaikan pendidikan di Politeknik Negeri Madura.
2. M. Musta’in, M.T., selaku Wakil Direktur Bidang Akademik yang telah memberikan kepercayaan dan kesempatan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian ini.
3. Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura atas ilmu, semangat serta motivasi yang telah diberikan selama masa studi.
4. Hilmah Noviandry R., S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Sekretaris Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura atas dukungan serta kesempatan yang diberikan dalam proses pelaksanaan penelitian.
5. Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Koordinator Program Studi D3 Keperawatan atas arahan dan dukungan yang diberikan hingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
6. Cantika Iva Nugrahani, S.S.T., M.Keb selaku Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, masukan, dan

arahan mulai dari proses penyusunan hingga penyelesaian tugas akhir ini.

7. Kuzzairi, S.Kep.,NS.,MH.,M.Kes selaku Pembimbing II yang telah membantu memberikan saran, bimbingan, serta motivasi selama penyusunan tugas akhir ini.
8. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan Politeknik Negeri Madura yang telah memberikan pelayanan, dukungan, serta ilmu pengetahuan selama penulis menempuh pendidikan.
9. Achmad Syaiful Afgan dan seluruh anggota Posyandu Hiu di Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
10. Seluruh responden yang dengan sukarela telah berpartisipasi dan bersedia menjadi objek dalam penelitian ini.
11. Penulis ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada orang tua tercinta, Syafiudin dan Munipah atas kasih sayang, doa, dukungan yang menjadi motivasi utama dalam penyelesaian karya tulis ini.
12. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada saudara kandung, Laela Fitria dan Akbar Nur Daffa Caesar, serta ipar Ainul yakin atas kebersamaan, dukungan dan yang selalu kebersamai penulis selama proses penyusunan karya tulis ini.
13. Seluruh keluarga besar penulis yang namanya tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu, terimakasih selalu mendoakan, memberikan dukungan penuh, serta kasih sayang kepada penulis.
14. Kepada teman seperjuangan Irawati, Raudlatul Jannah, Robiatul Adawiyah, Robiatul Adewiyah dan seluruh teman penulis yang namanya tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu. Terimakasih sudah menjadi teman yang luar biasa bagi penulis, sehingga hari-hari penulis dan membuat perjalanan kuliah ini menjadi terasa lebih indah dan mudah, sukses selalu kita semua.
15. Kepada seluruh member NCT DREAM terutama Huang Renjun terima kasih telah mengisi masa mudaku menjadi lebih berwarna, dan memberikan motivasi agar tetap bekerja keras serta menjadi penyemangat bagi penulis selama penyusunan tugas akhir ini.
16. Last but not least, Roisah Diniyah, ya! diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampai dititik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba. God thank you for being me independent women, i know there are more great ones but i'm proud of this achievement.

Sampang, 27 Januari 2026



Roisah Diniyah
NRP. 33412301066

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
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
1.4 Batasan Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Teoritis	4
1.5.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Landasan Teori.....	6
2.1.1 Konsep Pengetahuan	6
2.1.2 Konsep Isi Piringku	10
2.2 Penelitian Sebelumnya	17
2.3 Kerangka Konsep	21
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Kerangka Penelitian	23
3.3 Populasi, Sampel, Dan Sampling	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Sampel	24
3.3.3 Sampling.....	24
3.4 Identifikasi Variabel.....	24
3.5 Definisi Operasional	25
3.6 Pengumpulan, Pengolahan, Dan Analisa Data	25
3.6.1 Pengumpulan Data.....	25
3.6.2 Pengolahan Data.....	27
3.6.3 Analisis Data	28
3.7 Etika Penelitian	29
3.7.1 Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	29
3.7.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>).....	29
3.7.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	29
3.8 Keterbatasan	29
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	31

4.1 Hasil Penelitian	31
4.1.1 Data Umum tempat penelitian	31
4.1.2 Data Khusus	33
4.2 Pembahasan.....	34
BAB 5 PENUTUP.....	38
5.1 Kesimpulan	38
5.2 Saran	38
5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	38
5.2.2 Bagi Ibu Balita Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung.....	38
5.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan	38
5.2.4 Bagi Institusi Kesehatan	38
5.2.5 Bagi Pemerintah Daerah	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Penelitian Terdahulu Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu HIU Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.....	17
Tabel 3. 1	Definisi Operasional Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu HIU Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.....	25
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakgir Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.....	32
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang...	33
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan umur Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang...	33
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.....	21
Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.....	23

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

1. Daftar Singkatan

- 1) Kemenkes : Kementrian Kesehatan
- 2) Posyandu : Pos Pelayanan Terpadu
- 3) Puskesmas : Pusat Pelayanan Masyarakat
- 4) RI : Republik Indonesia
- 5) RW : Rukun Warga
- 6) SDM : Sumber Daya Manusia
- 7) SDN : Sekolah Dasar Negeri
- 8) TK : Taman Kanak-Kanak
- 9) UNICEF : *United Nations International Children's Emergency Fund*
- 10) WHO : *World Health Organization*

2. Daftar Lambang

- 1) % : Persentase
- 2) / : Atau
- 3) < : Kurang dari
- 4) > : Lebih dari
- 5) = : Sama dengan
- 6) F : Jumlah responden dengan kategori tertentu
- 7) n : Jumlah sampel
- 8) N : Populasi

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Surat pengambilan data awal.....</i>	<i>44</i>
<i>Lampiran 2 Surat balasan dari uptd puskesmas tanjung</i>	<i>45</i>
<i>Lampiran 3 Surat Izin Penelitian</i>	<i>46</i>
<i>Lampiran 4 Surat Balasan Dari MPP</i>	<i>46</i>
<i>Lampiran 5 Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian</i>	<i>49</i>
<i>Lampiran 6 Lembar permohonan menjadi responden</i>	<i>50</i>
<i>Lampiran 7 Lembar kesediaan menjadi responden</i>	<i>51</i>
<i>Lampiran 8 Lembar kisi-kisi kuesioner</i>	<i>52</i>
<i>Lampiran 9 Lembar pengumpulan data umum</i>	<i>53</i>
<i>Lampiran 10 Lembar kuesioner penelitian</i>	<i>54</i>
<i>Lampiran 11 Hasil Tabulasi Data Umum Dan Data Khusus.....</i>	<i>58</i>
<i>Lampiran 12 Dokumentasi</i>	<i>63</i>
<i>Lampiran 13 Lembar konsultasi pembimbing 1</i>	<i>65</i>
<i>Lampiran 14 Lembar konsultasi pembimbing 2</i>	<i>67</i>
<i>Lampiran 15 Lembar konsultasi penguji 1.....</i>	<i>69</i>
<i>Lampiran 16 Lembar konsultasi penguji 2.....</i>	<i>71</i>
<i>Lampiran 17 Lembar konsultasi penguji 3.....</i>	<i>72</i>
<i>Lampiran 18 Hasil Turnitin</i>	<i>74</i>
<i>Lampiran 19 Biodata Penulis</i>	<i>75</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang menghadapi berbagai permasalahan gizi yang memerlukan perhatian serius, permasalahan gizi ini tentunya berdampak pada kualitas sumber daya manusia (SDM). Gizi kurang adalah kondisi dimana asupan nutrisi dalam tubuh tidak tercukupi dalam jangka waktu yang cukup lama (Lautan et al., 2024). Masalah ketidakseimbangan pola konsumsi makanan masih menjadi persoalan besar bagi warga Indonesia hingga saat ini. Banyak ibu yang memiliki balita belum mengetahui dan menerapkan pola makan yang seimbang, disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang pola makan yang seimbang. Dikatakan seimbang adalah makanan yang dikonsumsi setiap hari yang memenuhi kebutuhan dengan takaran isi piringku berupa 50% sayur dan buah, sedangkan 50 % sisanya merupakan karbohidrat dan protein dalam jumlah sekali makan (Komala et al., 2023). Sedangkan pola makan yang baik melibatkan pertimbangan kuantitas dan kualitas bahan pangan yang akan dikonsumsi (Sagala & Noerfitri, 2021). Sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang, pemerintah memperkenalkan program isi piringku yang merupakan penyempurnaan dari konsep lama empat sehat lima sempurna yang dinilai tidak lagi sesuai dengan prinsip gizi seimbang saat ini. Sejak tahun 2014, kampanye ini telah disosialisasikan secara nasional melalui berbagai jalur seperti sekolah, puskesmas, dan kegiatan posyandu (Kementerian Kesehatan, 2020).

Menurut data yang dirilis oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 diperkirakan terdapat 45 juta anak balita yang mengalami kekurangan berat badan dan 38,9 juta balita yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Dari situ sekitar 45% kematian anak di bawah 5 tahun disebabkan oleh masalah kekurangan gizi. Ini menunjukkan bahwa kekurangan gizi masih menjadi penyebab utama kematian anak secara global (Rostanty et al., 2023). Berdasarkan laporan yang diterbitkan oleh UNICEF, 2020 diperkirakan 7,8 juta anak di Indonesia menderita kekurangan gizi. Dimana Indonesia meraih posisi nomor lima dengan jumlah anak kekurangan gizi. Sedangkan berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia prevalensi balita yang kekurangan gizi di tahun 2021 mencapai 7,1% dan meningkat menjadi 7,7% di tahun 2022. Dikarenakan salah satu penyebabnya adalah pemberian makanan yang tidak tepat pada anak dan kurangnya pengetahuan ibu (Sefty et al., 2024). Sedangkan Dinas Kabupaten Sampang melaporkan bahwa pada tahun 2023 prevalensi stunting di Kabupaten Sampang mencapai 14,1% meningkat dibandingkan tahun sebelumnya. Situasi ini juga terjadi di Desa Sejati sebanyak 19% dari 26 balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Tanjung, dimana salah satu

penyebab nya, kurang pengetahuan ibu tentang pola asuh gizi seimbang (Mursyida et al., 2025). Sejalan dengan temuan tersebut, artikel ilmiah pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang melaporkan bahwa masalah stunting masih ditemukan pada anak balita dan berkaitan dengan rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pemenuhan gizi seimbang (Asrumi et al., 2023). Menurut data Puskesmas Tanjung Desa Dharma Tanjung, Kabupaten Sampang, diperoleh gambaran kasus stunting dan kekurangan gizi pada anak dalam tiga tahun terakhir (2023–2025). Pada tahun 2023 tercatat sebanyak 7 anak mengalami stunting dan 30 anak mengalami kekurangan gizi. Pada tahun 2024, jumlah kasus stunting tetap sebanyak 4 anak, sedangkan kasus kekurangan gizi menurun menjadi 4 anak. Namun, pada tahun 2025 jumlah kasus stunting masih ditemukan sebanyak 4 anak, sementara kasus kekurangan gizi kembali meningkat menjadi 20 anak Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang, dari 38 orang yang memiliki anak balita 10 orang seluruhnya belum memahami konsep dan menerapkan isi piringku secara konsisten. Pola harian masih didominasi oleh sumber karbohidrat seperti nasi, sementara asupan lauk berprotein, sayur, buah masih sangat sedikit. Kejadian ini menunjukkan perlu upaya yang lebih masif dan berkelanjutan dari pemerintah dalam memperbaiki status gizi masyarakat. Masalah gizi yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup masyarakat. Kekurangan gizi yang berlangsung dalam waktu lama dapat menyebabkan stunting, sementara kelebihan gizi dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya obesitas, hipertensi, dan diabetes melitus (Laswati, 2022).

Salah satu penyebab utama yang mempengaruhi keadaan ini adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang pola konsumsi yang seimbang dan sesuai prinsip-prinsip gizi seimbang. Sebagian besar ibu masih menganggap makan dalam jumlah banyak sudah mencukupi kebutuhan gizi, tanpa memperhatikan keseimbangan antara karbohidrat, protein, lemak, sayur, dan buah. Akibatnya pola makan anak sering kali tidak seimbang dengan didominasi karbohidrat dan rendahnya konsumsi sayuran dan buah-buahan, sehingga asupan zat gizi anak belum terpenuhi secara optimal dan berpotensi menimbulkan masalah gizi seperti gizi kurang dan stunting (Audina et al., 2025). Kondisi ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Nurfaidah et al, (2025) di SDN 145 Impres Banyowa Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar, yang menunjukkan bahwa pelaksanaan konsep isi piringku dalam kehidupan sehari-hari anak usia sekolah masih menghadapi berbagai kendala. Terutama rendahnya tingkat pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai prinsip gizi seimbang serta keterbatasan kondisi ekonomi keluarga dalam menyediakan bahan pangan bergizi sesuai pedoman isi piringku. Selain itu di daerah pedesaan penerapan pedoman isi piringku juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan, tingkat ekonomi, nilai budaya serta kebiasaan makan masyarakat setempat yang menjadi hambatan

dalam perubahan perilaku konsumsi menuju pola makan yang lebih sehat (Rostanty et al., 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang sebagai upaya dalam mengidentifikasi permasalahan pengetahuan gizi pada tingkat keluarga. Informasi yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi tenaga kesehatan dan pihak terkait dalam menyusun pendekatan edukasi gizi yang lebih sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan masyarakat setempat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang diatas, maka peneliti membuat perumusan masalah yaitu bagaimana gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang..

1.4 Batasan Penelitian

1. Penelitian ini dilakukan di wilayah Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang
2. Penelitian ini hanya dilakukan berfokus pada pengetahuan ibu balita tentang isi piringku

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan dan gizi masyarakat khususnya terkait penerapan pedoman isi piringku sebagai upaya peningkatan praktik pola konsumsi ibu balita.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti
Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang didapat selama pendidikan dan menambah pengetahuan serta pengalaman dalam membuat penelitian yang ilmiah.
2. Bagi ibu balita di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung
Sebagai informasi mengenai pentingnya pengetahuan gizi seimbang tentang isi piringku sehingga diharapkan meningkatkan praktik pola konsumsi sehat.
3. Bagi petugas kesehatan
Sebagai masukan untuk menyusun program edukasi gizi yang lebih tepat sasaran dan sesuai kebutuhan masyarakat di Posyandu Hiu Desa Tanjung Kabupaten Sampang.
4. Bagi institusi kesehatan
Sebagai referensi dan bahan kajian untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan gizi dengan pola konsumsi keluarga atau efektivitas intervensi edukasi gizi di tingkat masyarakat.

5. Bagi pemerintah daerah
Sebagai data dasar untuk menyusun program perencanaan dan kebijakan peningkatan gizi masyarakat berbasis pedoman isi piringku.
6. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dari penelitian ini dapat menjadi referensi atau bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Konsep Pengetahuan

1. Definisi

Konsep pengetahuan telah didefinisikan oleh para ahli dan hingga saat ini konsep pengetahuan masih menjadi perdebatan di kalangan para ahli. Berikut ini adalah beberapa pengetahuan yang dapat dipertimbangkan lebih lanjut:

- 1) Menurut cambridge (2020), pengetahuan merujuk pada pemahaman atau informasi tentang suatu objek yang diperoleh melalui pengalaman dan pembelajaran. Pemahaman ini dapat diketahui oleh satu individu maupun oleh masyarakat secara umum.
- 2) Sedangkan menurut Oxford (2020), mendefinisikan pengetahuan sebagai informasi, pemahaman, serta keterampilan yang diperoleh melalui pendidikan atau pengalaman.
- 3) Collins (2020), juga menyatakan bahwa pengetahuan adalah informasi dan pemahaman mengenai suatu objek yang dimiliki oleh individu tertentu atau oleh seluruh rakyat.

Menurut kamus besar bahasa indonesia (KBBI) istilah pengetahuan berasal dari kata “tahu” yang menurut kamus besar bahasa indonesia memiliki beberapa makna, seperti mengerti setelah melihat (“menyaksikan”, “mengalami”, “mengetahui” serta “paham”). Pengetahuan merupakan hasil proses mengetahui, yang timbul ketika seseorang merasakan suatu objek tertentu. Penginderaan ini berlangsung melalui panca indonesia manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan peraba. Mayoritas informasi yang didapat manusia bersumber dari penglihatan dan pendengaran. Oleh karena itu, segala hasil aktivitas mengetahui terhadap suatu objek baik berupa benda maupun peristiwa yang dialami dapat disebut sebagai pengetahuan (Swarjana, 2022).

2. Tingkatan Pengetahuan

Menurut notoatmodjo (2023), pengetahuan memiliki enam tingkatan yaitu:

1) Tahu (Know)

Tingkat paling dasar, yaitu kemampuan mengingat kembali informasi atau materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pada tahap ini, individu hanya mampu mengenali atau menyebutkan kembali hal-hal yang spesifik dari materi yang dipelajari. Pada tahap ini, ibu balita memiliki pemahaman mendasar tentang konsep isi

piringku, seperti mengetahui bahwa isi piringku adalah panduan nutrisi sehat yang dikeluarkan oleh kementerian kesehatan republik indonesia, serta dapat mengidentifikasi komponen utama, yaitu separuh piring terdiri dari sayuran dan buah-buahan, sedangkan separuh lainnya mencakup sumber karbohidrat dan protein.

2) Memahami (Comprehension)

Memahami berarti mampu menjelaskan objek atau materi secara benar menginterpretasikan dengan tepat. Seseorang yang sudah berada pada tahap ini dapat menjelaskan, memberi contoh, menyimpulkan, bahkan membuat prediksi terkait materi yang dipelajarinya. Pada tingkatan ini ibu balita tidak hanya memiliki pengetahuan, tetapi juga dapat memahami tujuan konsep isi piringku. Misalnya, ibu mampu menjelaskan signifikan keseimbangan nutrisi dalam porsi makan anak balita untuk mendukung perkembangan fisik dan mencegah stunting. Setelah itu, ibu dapat menginterpretasikan keterkaitan antara jenis makanan dengan kebutuhan gizi anak.

3) Aplikasi (Application)

Tahap ini menggambarkan kemampuan menggunakan pengetahuan yang dimiliki untuk menghadapi situasi nyata. Dengan kata lain, individu mampu menerapkan teori atau konsep ke dalam kondisi praktis. Tahap penerapan menunjukkan kemampuan ibu untuk mengimplementasikan pengetahuan isi piringku dalam rutinitas harian. Contohnya, ibu dapat merancang menu harian anak balita dengan proporsi yang seimbang antara karbohidrat, protein, sayuran dan buah-buahan sesuai rekomendasi isi piringku, serta mengelola jadwal makan anak yang efektif.

4) Analisis (Analysis)

Analisis adalah kemampuan menguraikan suatu objek atau materi ke dalam bagian-bagian yang lebih kecil kemudian memahami hubungan antar bagian tersebut. Proses ini biasanya ditunjukkan dengan keterampilan seperti membandingkan, mengelompokkan, atau menggambarkan struktur suatu materi. Pada tingkat analisis ibu telah mampu membedakan jenis makanan berdasarkan nilai nutrisi serta manfaatnya, dan mengevaluasi apakah menu yang diberikan kepada anak sesuai dengan pedman isi piringku. Sebagai contoh, ibu dapat membedakan antara sumber protein nabati dan hewani, atau menilai dampak berlebihan konsumsi makanan tinggi gula, garam dan lemak.

5) Sintesis (Synthesis)

Sintesis mencerminkan kemampuan menyatukan berbagai bagian informasi menjadi suatu bentuk atau pola baru. Dengan kata lain, tahap ini adalah keterampilan menyusun formulasi baru berdasarkan informasi atau konsep yang telah ada sebelumnya. Pada tahap ini ibu dapat mengintegrasikan berbagai informasi nutrisi untuk menciptakan pola makan baru yang lebih sehat dan disesuaikan dengan kebutuhan anaknya. Misalnya, ibu mampu merancang kombinasi menu yang kreatif untuk menarik minat anak terhadap sayuran dan buah-buahan, atau mengembangkan variasi menu bergizi yang seimbang menggunakan bahan makanan lokal yang tersedia.

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi merupakan tingkatan tertinggi, yaitu kemampuan menilai atau membuat keputusan berdasarkan kriteria tertentu terhadap suatu objek atau materi. Dalam penelitian evaluasi pengetahuan biasanya dilakukan melalui wawancara atau angket yang dirancang untuk mengukur sejauh mana responden memahami materi yang diteliti. Pada tahap ini ibu mampu menilai dan membuat keputusan terkait pola makan anak berdasarkan prinsip isi piringku. Sebagai contoh, ibu dapat mengevaluasi apakah asupan varian anak sudah seimbang, apakah porsi nya perlu disesuaikan, dan mampu mengkritisi informasi nutrisi dari sumber media yang tidak selaras dengan pedoman resmi kementerian kesehatan (Yulina Dwi Hastuty, 2023).

3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut notoatmodjo, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, yaitu:

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses pengembangan kemampuan dan kepribadian yang berlangsung seumur hidup, baik di dalam maupun di luar sekolah. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah pula ia menerima, memahami, dan mengolah informasi baru (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Pada faktor tingkat pendidikan ini, ibu berperan signifikan terhadap pemahaman isi piringku. Ibu dengan pendidikan tinggi cenderung lebih mudah memahami informasi nutrisi berkat kemampuan kritis yang lebih baik, sedangkan ibu dengan pendidikan rendah sering kesulitan menafsirkan pesan edukasi tentang gizi seimbang (Billa et al., 2024).

2) Informasi Atau Media Massa

Informasi yang diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan dampak langsung terhadap peningkatan pengetahuan. Media massa seperti

televisi, radio, surat kabar, majalah, maupun media digital berperan sebagai saluran komunikasi yang menyampaikan pesan dan sugesti, sehingga mampu mempengaruhi opini serta pemahaman individu (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Mayun, Susanti, Dan Mashar (2023) menunjukkan bahwa pemanfaatan alat peraga isi piringku secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai praktek pemberian makan yang tepat. Pendidikan melalui media visual terbukti lebih mudah dipahami dan diingat oleh para ibu (Mayun et al., 2023).

3) Sosial, Budaya Dan Ekonomi

Kebiasaan serta tradisi yang berlangsung di masyarakat dapat membentuk pengetahuan individu, meskipun tanpa disertai penalaran yang mendalam. Selain itu, status sosial ekonomi juga menentukan akses terhadap berbagai fasilitas pendukung pembelajaran. Dengan demikian, kondisi sosial, budaya, dan ekonomi berkontribusi besar terhadap tingkat pengetahuan seseorang (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Pada faktor sosial, budaya, ekonomi mempengaruhi bagaimana mana ibu memahami dan mengimplementasikan pedoman tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya tradisi makan yang turun-temurun, kapasitas keluarga dalam menyediakan bahan makanan bernutrisi, serta pengaruh lingkungan sosial akan berdampak pada tingkat penerapan pola makan seimbang bagi anak balita (Darmawati Bhinuri, 2022).

4) Lingkungan

Lingkungan sekitar berpengaruh terhadap proses penerimaan informasi karena interaksi yang terjadi di dalamnya, baik secara langsung maupun tidak langsung, dapat direspon individu sebagai pengetahuan baru (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Dalam faktor tersebut lingkungan yang mendukung aktivitas edukasi seperti posyandu, penyuluhan gizi dan dukungan tenaga kesehatan akan meningkatkan pemahaman ibu dalam menerapkan pedoman isi piringku dalam menyusun menu makan sehat anak balita. Menurut kajian Billa et al (2024) lingkungan yang ditandai oleh budaya konsumsi makanan tradisional dengan variasi terbatas seringkali berdampak pada ibu dalam merancang menu makan yang seimbang bagi anak-anak mereka.

5) Pengalaman

Pengalaman merupakan salah satu sumber pengetahuan, individu dapat memperoleh pemahaman baru dengan mengulang kembali pengalaman yang pernah

dialami, terutama saat menghadapi situasi atau masalah yang serupa di masa lalu (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), partisipasi ibu balita dalam program edukasi, seperti kelas ibu balita dan posyandu, telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengalaman dan pemahaman mereka mengenai konsep isi piringku.

6) Usia

Usia turut mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Seiring bertambahnya usia, kemampuan berpikir dan memahami informasi cenderung berkembang, sehingga pengetahuan yang diperoleh juga semakin matang (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Menurut Nursifa & Nuraisiah (2023) menunjukkan bahwa ibu yang berada pada usia produktif memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami konsep isi piringku dibandingkan dengan ibu yang masih dalam kategori usia remaja, hal ini disebabkan oleh perbedaan tingkat kedewasaan berfikir dan pengalaman hidup (Nursifa & Nuraisiah, 2023).

2.1.2 Konsep Isi Piringku

1. Definisi Isi Piringku

Isi piringku adalah panduan makan seimbang yang dibuat oleh kementerian kesehatan republik indonesia sebagai alat bantu visual yang sederhana, untuk membantu masyarakat mendapatkan nutrisi yang sesuai dalam setiap piring makan sehari-hari. Panduan ini merupakan pengembangan modern dari konsep lama seperti “4 sehat 5 sempurna” dengan fokus pada pembagian proporsi makanan dari pada sekedar daftar jenis makanan, sehingga lebih mudah diterapkan oleh keluarga dan individu di berbagai tingkat sosial ekonomi (Magdalca & Supriyono, 2025)

Secara spesifik isi piringku didefinisikan sebagai model piring yang membagi komposisi makanan menjadi bagian-bagian yang seimbang, termasuk faktor-faktor gaya seperti hidrasi dan aktivitas fisik, untuk mencegah malnutrisi dan penyakit tidak menular (Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit Dan Promosi Kesehatan, 2019) pedoman ini bertujuan menyederhanakan pembelajaran tentang nutrisi tanpa perlu menghitung kalori secara rumit, dan telah dimasukkan dalam berbagai kampanye kesehatan nasional seperti ayo sehat (Magdalca & Supriyono, 2025).

2. Komposisi Dan Prinsip Isi Piringku

Isi piringku merupakan panduan makan sehat yang dapat dijadikan acuan untuk penyajian makanan dalam satu kali makan. Panduan ini mencakup lauk-pauk, buah-buahan, sayur-

sayuran, dan makanan pokok yang cocok untuk masyarakat yang ingin menjaga berat badan ideal

1) Karbohidrat

Karbohidrat sebagai sumber energi utama bagi tubuh manusia. Oleh karena itu, penting untuk memilih jenis karbohidrat yang sehat, seperti gandum utuh, nasi merah, kentang dan biji-bijian. Karbohidrat jenis ini kaya akan serat, vitamin, serta mineral yang mendukung kesehatan sistem pencernaan dan menjaga stabilitas energi. Jenis makanan pokok bervariasi. Jenis makanan pokok bervariasi tergantung pada lokasi, budaya, dan kearifan lokal. Contohnya meliputi beras, jagung, singkong, ubi, talas, sagu, serta produk olahan seperti roti, pasta, mie, dan lainnya. Karbohidrat-karbohidrat ini kaya akan kandungan karbohidrat, berperan sebagai sumber energi, memberikan rasa kenyang, serta memiliki rasa yang netral. Porsinya mencapai 2/3 dari setengah piringku, atau setara dengan 3 centong nasi, 3 potong singkong rebus, atau 3 buah kentang (Ristanti, 2024).

2) Protein

Protein berperan sebagai komponen pembangunan jaringan tubuh serta memiliki fungsi krusial dalam proses pertumbuhan dan perbaikan. Pilihlah sumber protein berkualitas tinggi, seperti daging tanpa lemak, ikan, telur, kedelai, kacang-kacangan, dan produk susu rendah lemak. Protein jenis ini menyediakan asam amino esensial yang dibutuhkan tubuh untuk menjalankan fungsi-fungsi vitalnya (Magdalcna & Supriyono, 2025). Lauk hewani memiliki asam amino yang lebih lengkap dan mudah diserap oleh tubuh. Namun, lauk ini mengandung kolesterol dan lemak yang lebih tinggi, serta harganya relatif mahal. Contohnya meliputi daging (sapi, kambing, rusa, dan lainnya), unggas (ayam, bebek, dan lainnya), ikan (termasuk hasil laut), telur, susu, serta produk olahannya. Orang dewasa sebaiknya membatasi konsumsi kolesterol dan lemak jenuh. Sebaliknya, lauk nabati seperti tahu, tempe, dan kacang-kacangan (kacang merah, kacang hijau, kacang tolo, dan lainnya) memiliki keunggulan kandungan lemak tak jenuh yang lebih tinggi, termasuk isoflavon—terutama pada kedelai—serta harganya lebih terjangkau. Konsumsi sumber protein hewani dan nabati sebaiknya disesuaikan dengan pedoman Isi Piringku, yaitu setara dengan 1/3 dari setengah piring. Contoh porsi lauk hewani mencakup satu butir telur ayam ukuran besar atau dua potong daging ukuran sedang. Sementara itu, lauk nabati dapat berupa dua potong tahu atau dua potong tempe, dan sebagainya (Ristanti, 2024).

3) Lemak sehat

Lemak sehat merupakan elemen penting dalam pola makan yang seimbang. pilihlah lemak tak jenuh seperti minyak zaitun, alpukat, kacang-kacangan, dan ikan berlemak tinggi seperti salmon. Lemak jenis ini mendukung penyerapan vitamin, menjaga kesehatan jantung, serta menyediakan energi yang berkelanjutan.

4) Sayur dan Buah

Buah-buahan merupakan sumber utama berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan yang penting bagi tubuh. Dalam satu kali makan, porsi buah pada Isi Piringku mencapai 150 gram papaya atau dua potong sedang, dua buah jeruk sedang (sekitar 110 gram), satu buah pisang ambon kecil (sekitar 50 gram), atau 1/3 dari setengah porsi buah di piring. Buah-buahan memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan dan menjadi komponen kunci gaya hidup sehat. Konsumsinya berperan sebagai cara alami untuk mencegah kanker dan jerawat. Selain itu, buah-buahan berfungsi sebagai sumber antioksidan, air, nutrisi, dan vitamin yang membantu tubuh menghindari penyakit serta mengatasi masalah kulit seperti jerawat dan bisul (Ristanti, 2024).

Sayuran kaya akan vitamin dan mineral, beberapa di antaranya berperan sebagai antioksidan. Buah dan sayur sebagai sumber nutrisi vitamin dan mineral menawarkan berbagai manfaat, antara lain mencegah serta mengurangi stres berlebih, memperlancar buang air besar, mencegah penyakit jantung dan kanker, menjaga keseimbangan berat badan, menyediakan energi tubuh, membersihkan racun dalam tubuh (detoksifikasi), mencegah kelahiran bayi cacat, menjaga kesehatan mata, membuat kulit sehat, serta memperkuat tulang. Porsi sayuran mencapai 2/3 dari setengah isi piringku, yang setara dengan satu mangkok sedang sayur bayam atau sayur bening (tidak termasuk kuah) (Ristanti, 2024).

Sayur dan buah-buahan berkontribusi dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menjaga kesehatan jantung, mengatur proses pencernaan, dan menyediakan nutrisi penting bagi tubuh. Oleh karena itu, pilihlah berbagai jenis sayuran dan buah-buahan untuk memperoleh manfaat yang ringan (Magdalcna & Supriyono, 2025).

Contoh panduan isi piringku meliputi:

- 1) Lauk-pauk dapat berupa sup, soto, pepes, garam asem, pesmol, pangek, atau bakaran dengan bungkus dau. Untuk karbohidrat, pilihlah jenis yang tidak terafinasi, seperti nasi putih atau tepung-tepungan.

- 2) Untuk sayuran, disarankan memilih menu seperti lalapan, sayur bening bayam atau pucuk labu, capcay kuah, sayur asem, karedok, asinan betawi, dan lainnya. Setelah itu, sajikan buah-buahan dalam porsi yang sehat.
- 3) Buah-buahan dikonsumsi dalam bentuk utuh atau potongan, bukan jus karena kadar fitokimia dalam jus terlalu rendah untuk memberikan manfaat optimal bagi tubuh.
- 4) Makanan pokok dapat berupa berbagai jenis beras, umbi berwarna-warni, singkong, kentang, talas, jagung, gembili atau bahan serupa (Saputri, 2021).

3. Porsi Dan Visualisasi Isi Piringku

Panduan ini menggambarkan penyajian makanan dan minuman untuk setiap kali makan, seperti sarapan, makan siang, atau makan malam. Visual piring makanku menunjukkan anjuran makanan sehat, dimana separuh 50% dari total makanan setiap kali makan terdiri atas sayuran dan buah-buahan, sedangkan separuh lainnya 50 adalah makanan pokok dan lauk-pauk. Isi piringku juga menganjurkan agar porsi sayuran lebih banyak dari pada buah-buahan, dan porsi makanan pokok lebih banyak dari pada lauk-pauk (Komala et al., 2023)

Berdasarkan isi piringku contoh makan pagi meliputi 1 porsi nasi (100 gram), 1 potong tahu atau tempe sedang (30 gram), 1 potong sayap ayam (30 gram), 1 porsi sayuran (100 gram), dan 1 buah pisang (50 gram). Selain itu, panduan ini menekankan pentingnya minum air setiap kali makan, baik sebelum, saat, maupun setelahnya, dengan jumlah sesuai kebutuhan. Makanan, minuman, dan alat makan harus aman serta bersih, sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Oleh karena itu, visual isi piringku menganjurkan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan (Saputri, 2021).

Selain itu, panduan ini menekankan pentingnya mengonsumsi air setiap kali makan, baik sebelum, selama, dan setelah makan. Meskipun visual isi piringku hanya menampilkan satu gambar gelas, hal ini tidak berarti bahwa seseorang hanya boleh mengonsumsi satu gelas air per waktu makan. Jumlah air yang diminum dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu, sebagai contoh, seorang dapat minum satu gelas sebelum makan dan satu gelas lagi setelah makan, dengan mempertimbangkan kondisi tubuh serta aktivitas harian

4. Komposisi Gizi Dalam Isi Piringku

Komposisi isi piringku menggunakan model visual yang sederhana dan mudah dipahami. Piring dibagi menjadi dua bagian utama agar nutrisi bisa seimbang. Bagian pertama

adalah setengah piring, sekitar 50% dari seluruh luas piring, yang berisi sayuran dan buah segar. Komponen ini penting untuk memberi vitamin, mineral dan serat yang baik bagi pencernaan, daya tahan tubuh, serta mencegah sembelit. Bagian piring yang tersisa dibagi lagi menjadi dua bagian yang sama besar. Satu bagian untuk karbohidrat kompleks seperti nasi, roti gandum atau umbi-umbian, yang berfungsi sebagai sumber energi untuk kegiatan sehari-hari (Komala et al., 2023). Bagian lainnya untuk makanan kaya protein seperti ikan, daging tanpa lemak, telur atau kacang-kacangan, yang mendukung pertumbuhan sel, pemeliharaan otot dan pemulihan tubuh setelah aktivitas (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Pendekatan ini membantu masyarakat membangun pola makanan yang sehat tanpa merasa tertekan oleh aturan yang rumit.

Untuk memperjelas kebutuhan zat gizi berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin, berikut disajikan tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) sebagai acuan dalam penerapan konsep isi piringku:

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kcal)	Protein (g)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (ml)
					Total	Omega 3	Omega 6			
Bayi / Anak										
0 - 5 bulan*	6	60	550	9	31	0.5	4.4	59	0	700
6 - 11 bulan	9	72	800	15	35	0.5	4.4	105	11	900
1 - 3 tahun	13	92	1350	20	45	0.7	7	215	19	1150
4 - 6 tahun	19	113	1400	25	50	0.9	10	220	20	1450
7 - 9 tahun	27	130	1650	40	55	0.9	10	250	23	1650
Laki-laki										
10 - 12 tahun	36	145	2000	50	65	1.2	12	300	28	1850
13 - 15 tahun	50	163	2400	70	80	1.6	16	350	34	2100
16 - 18 tahun	60	168	2650	75	85	1.6	16	400	37	2300
19 - 29 tahun	60	168	2650	65	75	1.6	17	430	37	2500
30 - 49 tahun	60	166	2550	65	70	1.6	17	415	36	2500
50 - 64 tahun	60	166	2150	65	60	1.6	14	340	30	2500
65 - 80 tahun	58	164	1800	64	50	1.6	14	275	25	1800
80+ tahun	58	164	1600	64	45	1.6	14	235	22	1600
Pergesamaan										
10 - 12 tahun	38	147	1900	55	65	1.0	10	280	27	1850
13 - 15 tahun	48	156	2050	65	70	1.1	11	300	29	2100
16 - 18 tahun	52	159	2100	65	70	1.1	11	300	29	2150
19 - 29 tahun	55	159	2250	60	65	1.1	12	360	32	2350
30 - 49 tahun	56	158	2150	60	60	1.1	12	340	30	2350
50 - 64 tahun	50	158	1800	60	50	1.1	11	280	25	2350
65 - 80 tahun	53	157	1550	58	45	1.1	11	230	22	1550
80+ tahun	53	157	1400	58	40	1.1	11	200	20	1400
Hamil (*an)										
Trimester 1			+180	+1	+2.3	+0.3	+2	+25	+3	+300
Trimester 2			+300	+10	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
Trimester 3			+300	+30	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
Mengusai (*an)										
0 bin pertama			+330	+20	+2.2	+0.2	+2	+45	+5	+800
0 bin kedua			+400	+15	+2.2	+0.2	+2	+55	+6	+650

Tabel tersebut bahwa kebutuhan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, dan cairan berbedapada setiap saat usia dan kondisi fisiologis, sehingga penerapan isi piringku perlu disesuaikan dengan karakteristik individu (Ristanti, 2024).

Porsi standar sajian makanan mengacu pada jenis bahan makanan dan jumlahnya dalam bentuk berat bersih mentah yang terkandung dalam setiap hidangan. Perhitungan bahan makanan yang diperlukan serta perencanaan porsi standar

merupakan aspek krusial dalam pengelolaan makanan. Porsi makanan merujuk pada jumlah makanan yang disajikan, yang berbeda-beda sesuai kebutuhan gizi individu. Porsi yang terlalu besar atau kecil dapat mempengaruhi tampilan hidangan. Selain itu, porsi makanan penting untuk perencanaan dan pemanfaatan bahan, sehingga porsi standar perlu ditetapkan untuk setiap jenis makanan. Makanan akan tampak kurang menarik jika potongannya terlalu kecil atau besar. Pentingnya porsi tidak hanya terkait dengan waktu penyajian, tetapi juga dengan perencanaan dan pemanfaatan bahasa secara keseluruhan. Porsi yang tidak tepat dapat menyebabkan hidangan kekurangan nutrisi yang diperlukan. Demikian pula, penyelenggaraan asupan makanan penting untuk menetapkan standar porsi yang jelas bagi setiap hidangan. Hal ini memastikan bahwa jenis dan jumlah hidangan yang disajikan sesuai dengan standar tersebut. Patokan jatah makan juga perlu ditentukan untuk semua jenis hidangan, termasuk pemanfaatan perlengkapan seperti sendok sayur, sendok nasi, dan alat pembagi yang harus distandarkan. Ukuran porsi makanan sangat penting untuk menghindari kelebihan atau kekurangan dalam penyajian. Standar porsi suatu hidangan dipengaruhi langsung oleh ukuran porsi makanan secara umum (Ristanti, 2024).

Porsi makan dalam isi piringku menggambarkan komposisi nutrisi untuk satu kali makan, yang terdiri dari 50% makanan pokok yang berbasis karbohidrat disertai lauk pauk atau protein. Proporsi ini mencakup 2/3 bagian makan pokok dan 1/3 bagian lauk-pauk. Sisanya, 50% lagi berasal dari sumber zat gizi mikro, yaitu buah dan sayur, dengan komposisi 2/3 sayur-mayur serta 1/3 buah (Mayun et al., 2023). Untuk anak usia 6-23 bulan, porsi dalam isi piringku mencakup 35% makanan pokok, 30% protein hewani, 5% protein nabati atau kacang-kacangan, serta 30% sayur dan buah-buahan. Sementara itu, bagi anak usia 2-5 tahun, komposisinya adalah 35% makanan pokok, 35% lauk-pauk, dan 30% sayur serta buah-buahan. Secara lebih rinci, balita usia 6-8 bulan memerlukan $\frac{3}{4}$ porsi makan pokok, 1 porsi lauk-pauk, 1/3 porsi sayur, dan 1/3 porsi buah per hari. Balita usia 9-11 bulan, memerlukan 1 $\frac{1}{4}$ porsi makan pokok, 1 $\frac{1}{2}$ porsi lauk-pauk, 1/3 porsi sayur, serta $\frac{1}{2}$ porsi buah per hari. Adapun anak usia 1-3 tahun memerlukan 3 porsi buah per hari. Adapun anak usia 1-3 tahun memerlukan 3 porsi makanan pokok, 4 porsi lauk hewani, 3-4 porsi lauk nabati, 2 porsi sayur, dan 3 porsi buah per hari (Mayun et al., 2023).

5. Prinsip Utama Isi Piringku

Prinsip utama dari isi piringku menekankan keberagaman makanan dari empat kelompok utama, yaitu karbohidrat,

protein hewani atau nabati, sayuran dan buah-buahan. Keberagaman ini bertujuan untuk mencukupi kebutuhan nutrisi secara lengkap, sehingga menghindari kurang atau berlebihan akan gizi tertentu. Selain itu pedoman membatasi konsumsi gula, garam, dan lemak (disingkat GGL) hingga maksimal 5% dari kebutuhan energi harian, untuk mengurangi resiko penyakit seperti obesitas dan hipertensi yang disebabkan oleh kelebihan konsumsi. komponen-komponen tersebut (Darmawati Bhinuri, 2022).

6. Gaya Hidup Sehat Berdasarkan Isi Piringku

Isi piringku tak hanya tentang apa yang dimakan, tetapi juga cara hidup sehat secara keseluruhan. Hal ini mencakup rekomendasi minum air putih minimal 8 gelas sehari untuk menjaga keseimbangan cairan tubuh dan membantu metabolisme. Selain itu panduan ini menganjurkan pola makan teratur dengan porsi yang seimbang dan memadai. Pola tersebut meliputi makan setiap 2-3 jam sekali, dengan frekuensi tiga kali sehari yang terdiri dari dua kali makan utama dan satu kali makan camilan (Ristanti, 2024).

Sarapan sebaiknya dilakukan 1-2 jam setelah bangun pagi, sekitar pukul 07.00-09.00. makan siang di anjurkan 2-3 jam setelah cemilan pagi, antara pukul 12.00-14.00. ca,Ilan sore dapat dikonsumsi pada pukul 15.00-16.00, sedangkan makan malam sebaiknya dilakukan 2-3 jam sebelum tidur malam, sekitar pukul 18.00-20.00. sarapan pagi berperan penting dalam menjaga kesehatan tubuh dan mempertahankan berat badan ideal. Kebiasaan melewatkan sarapan dapat meningkatkan resiko makan berlebihan pada waktu makan berikutnya (Ristanti, 2024).

Untuk mencegah keinginan makan berlebih, batasi konsumsi makanan dan indeks glikemik tinggi dan hindari makanan yang mengandung gula berlebih. Pemilihan ini perlu diperhatikan agar asupan kalori terkontrol, tetapi kebutuhan gizi tetap terpenuhi. Camilan yang dianjurkan adalah buah-buahan atau sayuran segar, seperti buah potong atau sayur cocol seperti timun, tomat dan wortel, yang dikonsumsi dengan pendamping rendah lemak (Ristanti, 2024).

Selain pengaturan pola makan, isi piringku juga menganjurkan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, seperti jalan kaki atau olahraga ringan, untuk meningkatkan kebugaran jantung. Selain itu, cara memasak dan menyimpan makan dengan benar dapat mencegah kontaminasi bakteri dan zat beracun yang beresiko menyebabkan penyakit seperti diare (Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Dengan menggabungkan elemen-elemen ini, isi piringku bukan hanya memandu pola makan tetapi juga membimbing

gaya hidup sehat yang optimal (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2023).

7. Manfaat Penerapan Isi Piringku
Menurut (Health.grid.id, 2023) manfaat penerapan isi piringku di antaranya adalah:
 - 1) Memenuhi kebutuhan gizi seimbang
 - 2) Mencegah penyakit kronis dan gangguan kesehatan
 - 3) Meningkatkan sistem kekebalan dan daya tahan tubuh
 - 4) Mendukung energi, konsentrasi, dan produktivitas
 - 5) Mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak
8. Faktor Penghambat Penerapan Konsep Isi Piringku
Menurut Nurfaidah (2025) dalam penelitiannya faktor penghambat penerapan isi piringku antara lain yaitu:
 - 1) Pengetahuan dan pemahaman yang rendah
 - 2) Keterbatasan ekonomi dan ketersediaan pangan
 - 3) Keterlibatan sekolah, guru, orang tua belum optimal
 - 4) Media dan metode edukasi kurang kontekstual atau menarik bagi anak.

2.2 Penelitian Sebelumnya

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu HIU Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

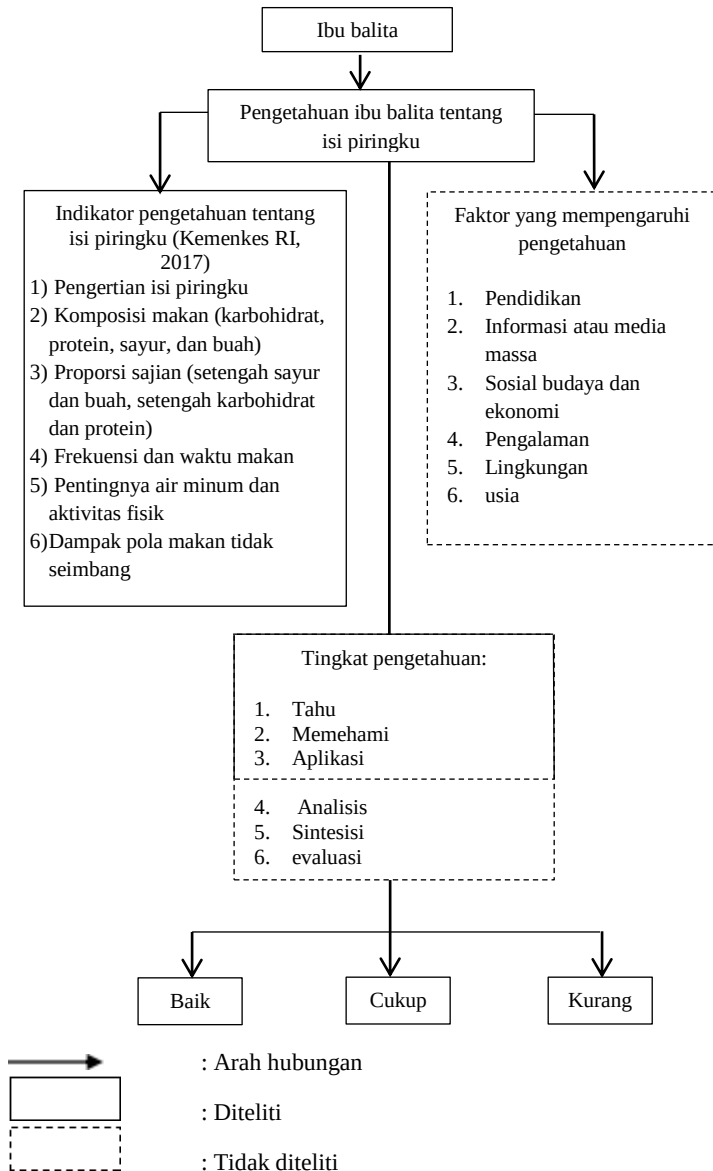
Judul, Penulis, Tahun	Metode	Hasil	Novelty
Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku Untuk Anak Usia 4-6 Tahun Di RW 01 Kelurahan Adrejo Kapanjen (Saputri & Ajeng Dwi, 2021)	D: deskriptif kuantitatif, cross sectional S: Ibu yang memiliki anak usia 4-6 tahun di RW 01 Kelurahan Ardirejo Kapanjen V: Pengetahuan ibu tentang isi piringku I: kuesioner berdasarkan indikator isi piringku A: Analisis dilakukan secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase	Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan cukup mengenai konsep isi piringku, khususnya dalam porsi karbohidrat, lauk-pauk, dan buah. Namun masih terdapat ibu yang belum memahami variasi dan keseimbangan gizi sesuai pedoman Kemenkes RI	Perbedaan penelitian saputri dilakukan di kelurahan ardirejo kapanjen dengan subjek ibu anak usia 4-6 tahun, sedangkan penelitian ini dilakukan di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang dengan subjek ibu yang memiliki balita. Selain itu, penelitian ini menambahkan analisis konteks wilayah dan karakteristik responden untuk

	untuk menilai tingkat pengetahuan ibu mengenai isi piringku		menggambarkan tingkat pengetahuan yang lebih komprehensif
Gambaran Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Tentang Isi Piringku (Puspita Kusumaningsi & Risky Dwi Listia, 2021)	D: deskriptif kuantitatif, cross sectional S: Siswa SD di wilayah kerja puskesmas ngadirojo V: Tingkat pengetahuan siswa sd tentang isi piringku I: Kuesioner pengetahuan isi piringku A: Analisis menggunakan statistik deskriptif berupa persentase kategori pengetahuan (baik, cukup, rendah) berdasarkan hasil kuesioner	Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan cukup 53%, sementara 30% berpengetahuan baik dan 17% rendah. Pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, sumber informasi, dan peran guru di sekolah.	Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada subjek penelitian dan lokasi. Penelitian kusumaningsih berfokus pada siswa sekolah dasar, sedangkan penelitian ini meneliti ibu balita di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang. Selain itu penelitian ini lebih menekankan pada pemahaman ibu dalam konteks penerapan pedoman isi piringku untuk balita bukan pada anak sekolah dasar.
Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Terhadap Kejadian Stunting Di Jorong Pahambatan (Billa, S., Febria, C., & Andriani, L., 2024)	D: Deskriptif kuantitatif S: Total sampling 26 ibu balita V: pengetahuan ibu balita tentang isi piringku I: kuesioner pengetahuan isi piringku A: analisis dilakukan secara deskriptif menggunakan persentase untuk menggambarkan tingakat pengetahuan ibu	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 76,9% responden memiliki tingkat pengetahuan rendah mengenai isi piringku. Rendahnya pengetahuan ini disebabkan oleh pendidikan ibu (mayoritas lulusan SD) dan akses informasi terbatas	perbedaan dengan penelitian ini adalah lokasi dan subjek penelitian. Penelitian Billa ini dilakukan pada ibu balita di Sumatera Barat, sedangkan penelitian ini dilakukan pada ibu balita di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung. Selain itu, penelitian lebih berfokus pada gambaran pengetahuan ibu balita secara umum bukan

	balita		hubungan dengan stunting.
Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Program Isi Piringku Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Di TK Negeri Cempaka Putih 01 (Lestari, M., 2023)	D: deskriptif korelasional, cross sectional S: 37 ibu di TK Negeri Cempakan putih 01 V: pengetahuan ibu & status gizi anak prasekolah I:kuesioner, analisis chi-square A: analisis menggunakan uji chi-square untuk menggambarkan tingkat pengetahuan ibu	Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa 59,5% ibu memiliki pengetahuan baik, dan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan status gizi anak ($p=0,0001$)	Perbedaan dengan penelitian ini yaitu penelitian lestari bersifat korelasional, sementara penelitian ini hanya menggambarkan tingkat pengetahuan tanpa menguji hubungan
Pengaruh Pendidikan Media Buku Saku Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Ibu Perilaku Ibu Siswa Sekolah Dasar (Supiyah, D. Y., & Ponda, A., 2022)	D: Quasi-eksperiment pre-post test S: 65 ibu siswa SD V: Pengetahuan dan perilaku ibu I: Kuesioner, media intervensi berupa buku saku A: Analisis menggunakan uji t (pre- post test) untuk melihat perubahan pengetahuan dan perilaku ibu setelah intervensi media buku saku	Hasil dari penelitian ini menunjukkan pengetahuan ibu berada pada kategori baik (78-79%), sedangkan perilaku mengalami peningkatan signifikan ($p=0,02$). Ditemukan bahwa media edukasi efektif meningkatkan perilaku, namun tidak terlalu berpengaruh terhadap pengetahuan karena sebelumnya sudah tinggi	Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada desain penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh supiyah menggunakan metode eksperimen, sedangkan penelitian ini bersifat deskriptif untuk menggambarkan tingkat pengetahuan ibu balita perlakuan atau intervensi
Edukasi Isi Piringku Untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas 4-6 Madrasah	D: Pre-post test S: 57 siswa kelas 4-6 mi nurussalam V: Pengetahuan gizi seimbang I: Poster	Hasil dari penelitian ini menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah edukasi, 11% siswa	Perbedaanannya terletak pada sasaran penelitian, penelitian sari meneliti siswa SD, sedangkan penelitian ini

Ibtidaiyah Nurussalam Mantingan Ngawi (Sari, F. K., Nabawiyah, H., Fathimah, K. K., Rahmatul, M., & Alifitria, S., 2022)	edukasi dan kuesioner A: Analisis deskriptif untuk membandingkan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi	mencapai nilai 100 dan 32% memperoleh nilai 80. Poster terbukti efektif membantu siswa memahami konsep porsi karbohidrat $\frac{1}{2}$ dan sayur –buah $\frac{1}{2}$ dari piring makan	meneliti keluarga. Namun, keduanya sama-sama menilai pengetahuan tentang isi piringku dengan pendekatan kuantitatif deskriptif
---	--	--	---

2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

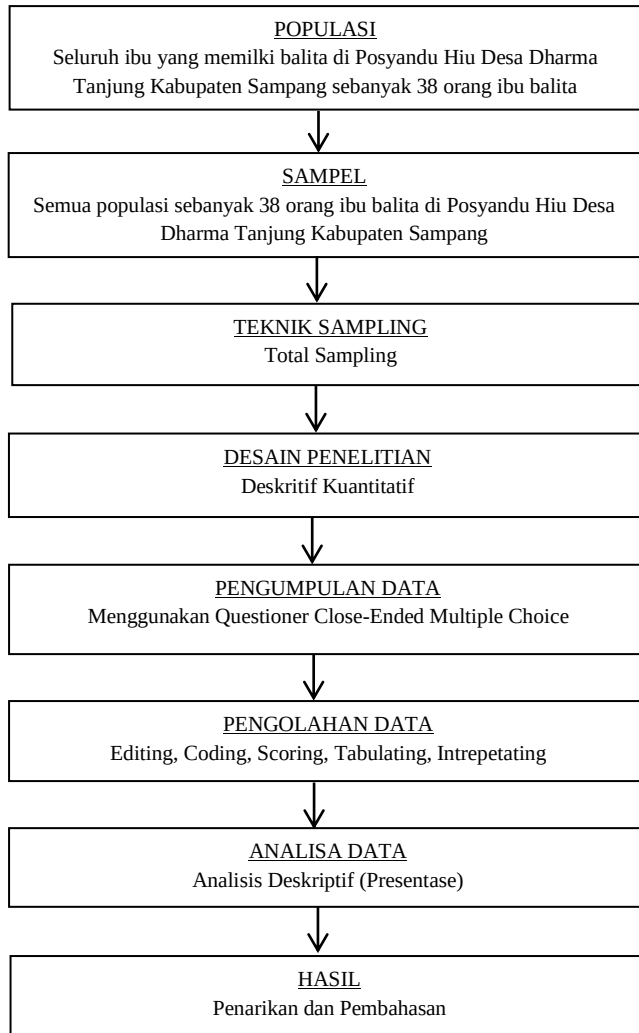
Metodologi penelitian adalah kumpulan beberapa langkah yang tersusun dalam suatu karya ilmiah supaya dapat dipastikan dengan adanya kenyataan fenomena tertentu. Pada BAB 3 dalam proposal ini akan menyampaikan 1) Desain penelitian, 2) kerangka kerja, 3) Desain pengambilan sampel, 4) identifikasi variabel, 5) Desain operasional, 6) pengumpulan dan analisa data, 7) etika dalam penelitian.

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merujuk pada serangkaian prosedur dan metodologi yang digunakan untuk menganalisis data serta mengumpulkan data dan guna mengidentifikasi variabel yang akan menjadi objek kajian. Selain itu, Desain penelitian juga dapat didefinisikan sebagai pendekatan strategis yang diterapkan oleh peneliti untuk mengintegrasikan setiap komponen penelitian secara sistematis, sehingga proses analisis dan penepatan fokus penelitian menjadi lebih efektif dan efisien (Al-faida, 2023).

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat (Effendy & Yuwanda, 2024). Pada penelitian ini variabel pengetahuan ibu balita tentang isi piringku diukur pada satu waktu yaitu pengetahuan isi piringku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

3.2 Kerangka Penelitian



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

3.3 Populasi, Sampel , Dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi penelitian merujuk pada keseluruhan objek atau subjek yang menjadi fokus kajian dan menunjukkan karakteristik spesifik tertentu. Kategori ini mencakup kelompok manusia, hewan uji, peristiwa, atau benda yang terletak di lokasi yang ditentukan sebagai target akhir penelitian (Riansyah, 2024). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu balita yang ada di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang dengan jumlah 38 orang ibu yang memiliki balita.

3.3.2 Sampel

Sampel penelitian adalah sebagian objek atau subjek dari populasi yang dipilih karena karakteristiknya mewakili keseluruhan populasi. Sampel diambil ketika populasi terlalu besar untuk diteliti sepenuhnya akibat keterbatasan biaya, tenaga, dan waktu. Hasil kajian dari sampel digunakan untuk menarik kesimpulan tentang populasi, sehingga sampel harus mewakili karakteristik populasi dengan baik guna menghindari kesalahan. Secara praktis sampel merupakan bagian dari populasi yang menjadi sumber data penelitian dan berfungsi sebagai representasi sebagai populasi yang diinginkan (Riansyah, 2024). Sampel yang digunakan oleh penelitian ini adalah ibu balita dengan jumlah 38 orang ibu balita di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

3.3.3 Sampling

Sampling penelitian merujuk pada proses pemilihan sejumlah anggota populasi untuk dijadikan sampel kajian (Riansyah, 2024). Teknik sampling yang digunakan oleh penelitian ini Total sampling yang merupakan metode pengambilan sampel dimana seluruh populasi dijadikan sampel (Roflin & Pariyana, 2022).

3.4 Identifikasi Variabel

Variabel merujuk pada elemen yang menjadi objek pengamatan dalam penelitian. Komponen tersebut memainkan peran penting dalam menarik kesimpulan atau inferensi dari kajian yang dilakukan (Irawan, 2025). Variabel dalam penelitian ini yakni pengetahuan ibu balita tentang isi piringku.

3.5 Definisi Oprasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu HIU Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Pengetahuan ibu balita tentang isi piringku	Pengetahuan ibu balita tentang pedoman gizi seimbang, yang diilustrasikan melalui konsep porsi makan dalam satu piring.	1. Tahu 2. Memahami 3. Aplikasi Tentang 1) Pengertian isi piringku 2) Komposisi makan (karbohidrat, protein, sayur, dan buah) 3) Proporsi sajian (setengah sayur dan buah, setengah karbohidrat dan protein) 4) Frekuensi dan waktu makan 5) Pentingnya air minum dan aktivitas fisik 6) Dampak pola makan tidak seimbang	Questioner close-ended tipe multiple choice	Ordinal	Benar : 1 Salah : 0 Dikategorikan 1. Baik: 76-100% 2. Cukup: 56-75% 3. Kurang: <55%

3.6 Pengumpulan, Pengolahan, Dan Analisa Data

3.6.1 Pengumpulan Data

1. Proses pengumpulan data

Metode yang dilakukan dalam pengumpulan atau pengambilan data dalam penelitian dilakukan dengan beberapa tahap yaitu:

- 1) Peneliti mengumpulkan data awal dimulai sejak mendapatkan persetujuan penulisan karya tulis ilmiah dari dosen pembimbing
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan izin pengambilan data awal penelitian dari pihak kampus Politeknik Negeri Madura yang telah disetujui oleh Ketua Jurusan Kesehatan

- 3) Peneliti memberi surat permohonan izin dan pengambilan data awal di tempat penelitian yaitu Posyandu Hiu Dharma Tanjung Kabupaten Sampang melalui Bidan Desa Di Desa Dharma Tanjung dan UPTD Puskesmas Tanjung
- 4) Setelah mendapat izin, peneliti mendatangi ibu yang memiliki balita sebanyak 10 orang untuk pengambilan data awal
- 5) Kemudian data yang telah diperoleh diolah dan dipresentasikan
- 6) Peneliti melakukan koordinasi dengan kader posyandu dan bidan desa terkait jadwal pelaksanaan pengumpulan data
- 7) Pengumpulan data penelitian dilaksanakan pada saat kegiatan posyandu hiu berlangsung, sehingga responden dapat mengisi kuesioner setelah mengikuti pelayanan penimbangan dan pemeriksaan balita
- 8) Peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan serta prosedur penelitian, kemudian meminta responden menandatangani lembar persetujuan (informed consent) sebagai bentuk persetujuan menjadi responden
- 9) Peneliti membagikan kuesioner kepada responden kepada responden secara langsung di lokasi pposyandu dan memberikan petunjuk pengisian
- 10) Peneliti mendampingi proses pengisian kuesioner serta membantu apabila terdapat pertanyaan yang kurang dipahami
- 11) Kuesioner yang telah diisi dikumpulkan dan diperiksa kelengkapannya untuk memastikan tidak ada data yang kosong atau tidak terisi
- 12) Data yang terkumpul selanjutnya diolah, dianalisis menggunakan perhitungan persentase, kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif. .

2. Instrumen penelitian

Instrumen merupakan sarana yang digunakan peneliti untuk memperoleh serta mengukur data atau informasi yang dibutuhkan dalam suatu penelitian. Secara umum, instrumen penelitian diartikan sebagai alat bantu yang berfungsi untuk mengukur berbagai fenomena, baik yang bersifat alamiah maupun yang sosial, sesuai dengan fokus kajian yang sedang diteliti. Keberadaan instrumen memiliki peran yang sangat penting karena menentukan kualitas dan ketepatan data yang diperoleh. Dengan demikian, instrumen penelitian dapat dikatakan sebagai perangkat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data empiris secara sistematis agar hasil penelitian mampu memberikan gambaran yang valid dan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan (Wada et al., 2024). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini

berupa kuesioner dalam bentuk pertanyaan tertutup (*Closed Ended Tipe Multiple Choice*). Dalam kuesioner tersebut berjumlah 30 soal (10 soal untuk tingkat pengetahuan “Tahu”, 10 soal untuk tingkat pengetahuan “Memahami”, 10 untuk tingkat pengetahuan “Aplikasi”).

3. Waktu dan tempat

Penelitian ini dilakukan pada Januari di Posyandu HIU Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

3.6.2 Pengolahan Data

1. *Editing*

Editing merupakan tahap awal proses pemeriksaan kelengkapan dan kejelasan pengisian instrumen pengumpulan data. Kegiatan ini dilakukan guna memastikan kuesioner telah dijawab secara lengkap dan konsisten oleh responden sehingga data siap untuk tahap pengelolaan berikutnya (Ramdhan & Effendy, 2021).

2. *Coding*

Coding merupakan proses sistematis dalam penelitian yang berfungsi untuk mengidentifikasi dan mengelompokkan data berdasarkan variabel yang diteliti (Ramdhan & Effendy, 2021).

Data Umum:

1) Pendidikan terakhir

SD	: diberi kode 1
SMP	: diberi kode 2
SMA	: diberi kode 3
Perguruan tinggi	: diberi kode 4
Tidak sekolah	: diberi kode 5

2) Pekerjaan

Tidak bekerja	: diberi kode 1
PNS	: diberi kode 2
Swasta	: diberi kode 3
Ibu rumah tangga	: diberi kode 4
Petani	: diberi kode 5

3) Usia

17-25 tahun	: diberi kode 1
26-35 tahun	: diberi kode 2
36-45 tahun	: diberi kode 3

Data khusus:

1) Baik	: diberi kode 1
2) Cukup	: diberi kode 2
3) Kurang	: diberi kode 3

3. *Scoring*

Peneliti memberikan skor pada setiap soal untuk membagi kategori dari suatu penelitian. Penentuan skor yaitu:

Benar = 1

Salah = 0

4. *Tabulating*

Tahap tabulating atau tabulasi dilakukan setelah proses pengkodean selesai, yaitu dengan cara memasukkan data kedalam tabel (data entry), mengorganisasikan secara terstruktur, serta menghitung frekuensi atau nilai-nilai tertentu sesuai kebutuhan analisis. Tahapan ini memfasilitasi penyajian data dalam bentuk yang lebih sistematis, sehingga memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan (Ramdhan & Effendy, 2021). Peneliti menghitung hasil data yang telah dikumpulkan dan kemudian dihitung dengan rumus:

$$P = \frac{\sum f}{N} 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

F = Jumlah nilai yang diperoleh

N = Jumlah total responden

Nilai maksimal jawaban dari kuesioner adalah 10 dengan terendahnya 0

5. *Interpretating*

Pada tahap interpretating merupakan langkah untuk mendeskripsikan data yang dikumpulkan, sesuai dengan pernyataan penelitian dan tujuan studi yang telah ditetapkan.

Hasil penelitian diinterpretasikan dengan persentase:

Baik : 76-100%

Cukup : 56-75%

Kurang : <55%

Hasil perhitungan frekuensi dan presentase kemudian diinterpretasikan dengan menggunakan skala kuantitatif sebagai berikut:

100% : Seluruhnya

76% - 99% : Hampir seluruhnya

51% - 75% : Sebagian besar

50% : Setengahnya

26% - 49% : Hampir setengahnya

1% - 25% : Sebagian kecil

0% : Tidak ada

3.6.3 Analisis Data

Analisis data deskriptif merupakan pendekatan analisis yang diterapkan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan fenomena, insiden, atau karakteristik populasi berdasarkan data yang dikumpulkan. Dalam konteks penelitian deskriptif, metode ini bertujuan untuk mempresentasikan temuan penelitian melalui distribusi frekuensi, persentase, proporsi, nilai rata-rata (mean), media, serta indikator statistik lainnya. Sehingga menghasilkan deskripsi yang komprehensif mengenai isu kesehatan atau fenomena yang diteliti tanpa melakukan pengujian hubungan atau

perbandingan antar variabel (Agil et al., n.d.). analisa data dapat dilakukan melalui teknik perhitungan berikut:

$$P = \frac{\sum f}{N} 100\%$$

Keterangan :

P = persentase

$\sum f$ =Jumlah nilai yang diperoleh

N = jumlah total responden

3.7 Etika Penelitian

Pada saat melakukan penelitian ini, sebelumnya peneliti menentukan etika penelitian terhadap calon responden antara lain sebagai berikut:

3.7.1 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan disampaikan kepada responden, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, dan responden bersedia menjadi responden, maka peneliti memohon kesediaan responden untuk menandatangani lembar persetujuan (Effendy & Yuwanda, 2024).

3.7.2 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Untuk menjaga identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden namun hanya menulis kode nama (Raihan et al., 2025).

3.7.3 Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti menjamin kerahasiaan semua informasi yang diberikan oleh responden dan akan dijaga hanya digunakan untuk kepentingan penelitian (Effendy & Yuwanda, 2024).

3.8 Keterbatasan

1. Lokasi penelitian dilaksanakan di Posyandu yang bertempat di rumah warga dengan ruang yang terbatas serta kondisi lingkungan yang kurang kondusif (ramai dan banyak aktivitas), sehingga konsentrasi responden saat mengisi kuesioner dapat terganggu.
2. Sebagian besar responden mengisi kuesioner sambil menggendong anak atau mendampingi anaknya. Kondisi tersebut dapat menyebabkan perhatian responden terbagi antara mengasuh anak dan menjawab pertanyaan, sehingga berpotensi memengaruhi fokus, ketelitian, serta keakuratan jawaban yang diberikan.
3. Proses pengisian kuesioner dilakukan secara bergantian karena keterbatasan ruang dan sarana yang tersedia di lokasi penelitian. Hal tersebut menyebabkan responden menunggu giliran untuk mengisi kuesioner, sehingga dapat mempengaruhi efektivitas waktu pengisian dan konsentrasi responden dalam menjawab pertanyaan.
4. Instrumen penelitian disusun dengan mengadaptasi dan mengkombinasikan kuesioner dari beberapa penelitian sebelumnya yang relevan, kemudian disesuaikan dengan indikator penelitian.

Meskipun penyesuaian telah dilakukan, proses modifikasi ini berpotensi mengurangi validitas dan realibilitas instrumen dalam mengukur variabel penelitian secara menyeluruh

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian merupakan penyajian dari hasil pengumpulan dan analisa data, meliputi: aspek geografi, demografi, data umum dan data khusus. Hasil pengumpulan dan analisa data disajikan dalam bentuk tabel untuk memberikan gambaran yang komprehensif terkait hasil penelitian (Syaiful, 2023). Dalam penelitian ini yang berjudul gambaran tingkat pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang di bagi menjadi dua kategori yaitu data umum dan data khusus, data umum berupa karakteristik responden meliputi pendidikan terakhir, pekerjaan, dan usia. Pengkajian hasil dalam penelitian ini menggunakan tabel dan deskripsi tabel.

4.1.1 Data Umum tempat penelitian

1. Deskripsi tempat penelitian

1) Data Geografi

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Hiu, yang berada di Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang Provinsi Jawa Timur. Desa ini termasuk wilayah pesisir Kabupaten Sampang. Lokasinya berada di area pemukiman penduduk dan dapat diakses dengan memasuki jalan raya desa menuju perumahan masyarakat. Secara geografis, jarak posyandu dengan garis pantai cukup jauh, sehingga tidak berbatasan langsung dengan laut. Namun, masyarakat Desa Dharma Tanjung masih menunjukkan ciri khas kehidupan pesisir. Hal ini terlihat dari mata pencaharian sebagian besar kepala keluarga yang bekerja sebagai nelayan dan mengandalkan hasil laut sebagai sumber penghidupan utama. Adapun batas-batas wilayah Desa Dharma Tanjung yaitu sebelah utara berbatasan dengan Desa Morpao, sebelah timur berbatasan dengan Desa Bandaran Kabupaten Pamekasan, sebelah selatan berbatasan dengan selat madura atau wilayah pesisir pantai, dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Sejati. Lingkungan sekitar Posyandu Hiu didominasi oleh rumah-rumah penduduk dengan kondisi yang relatif aman dan kondusif. Letaknya di tengah pemukiman memudahkan masyarakat mengakses layanan posyandu.

2) Data Demografi

Penduduk di wilayah Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung sebagian besar bermata pencaharian nelayan dan pekerja informal lainnya, mata pencaharian ini memengaruhi kondisi sosial ekonomi keluarga, termasuk pemenuhan kebutuhan pangan sehari-hari. Dimana Ikan sebagai sumber pangan yang mudah diperoleh masyarakat. Sasaran penelitian ini adalah ibu balita yang tinggal di wilayah kerja Posyandu Hiu. Posyandu Hiu merupakan salah satu posyandu aktif di Desa Dharma Tanjung yang melaksanakan kegiatan rutin setiap bulannya. Mayoritas ibu balita berstatus sebagai ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Perbedaan tingkat pendidikan dan kondisi sosial ekonomi tersebut dapat memengaruhi pemahaman ibu terhadap informasi kesehatan yang diterima. Partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu cukup baik, yang tercermin dari keterlibatan aktif ibu balita serta peran kader posyandu. Kader ini mendukung pelaksanaan pelayanan kesehatan di Desa Dharma Tanjung.

2. Data umum

1) Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Pendidikan Terakhir	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	SD	10	26%
2	SMP	11	29%
3	SMA	16	42%
4	Perguruan Tinggi	0	0%
5	Tidak Sekolah	1	3%
Total		38	100%

(Sumber: Data Primer 2026)

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), yaitu sebanyak 16 responden (42%). Sedangkan sebagian kecil responden tidak sekolah sebanyak 1 responden (3%).

2) Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak bekerja	2	5%
2	PNS	0	0%
3	Swasta	0	0%
4	Ibu rumah tangga	36	95%
5	petani	0	0%
Total		38	100%

(Sumber: Data Primer, 2026)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga, yaitu sebanyak 36 responden (95%). Selanjutnya sebagian kecil responden menyatakan Tidak Bekerja yaitu sebanyak 2 responden (5%).

3) Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan umur Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	17-25 tahun	13	34%
2	26-35 tahun	19	50%
3	36-45 tahun	6	16%
Total		38	100%

(Sumber: Data Primer, 2026)

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa setengahnya responden berada pada rentang usia 26-35 tahun, yaitu sebanyak 19 responden (50%). Sedangkan sebagian kecil responden berusia 36-45 tahun sebanyak 6 responden (16%),

4.1.2 Data Khusus

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	6	16%
2	Cukup	13	34%
3	Kurang	19	50%
Total		38	100%

Berdasarkan tabel 4.4 dari hasil penelitian menunjukkan bahwa setengah reponden memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang isi

piringku, yaitu sebanyak 19 responden (50%). Sedangkan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 6 responden (16%).

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang, setengah dari jumlah responden memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang Isi Piringku sebagian responden memiliki kategori cukup dan hanya sebagian kecil responden berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai konsep Isi Piringku sebagai pedoman gizi seimbang dalam pemberian makan anak. Ibu balita masih belum memahami secara menyeluruh mengenai pembagian porsi makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah sesuai anjuran gizi seimbang atau isi piringku. Menurut teori Notoatmodjo (2023), pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan manusia terhadap suatu objek yang selanjutnya membentuk dasar dalam perubahan perilaku kesehatan. Pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pendidikan, usia, pengalaman, pekerjaan, dan sumber informasi. Semakin baik tingkat pengetahuan seseorang, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut menerapkan perilaku kesehatan yang benar (Yulina Dwi Hastuty, 2023). Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Billa et al (2023), yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita memiliki pengetahuan rendah mengenai isi piringku. Rendahnya pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi dan kurangnya edukasi gizi berkelanjutan. Ibu yang jarang mengikuti penyuluhan atau memperoleh informasi dari tenaga kesehatan cenderung belum memahami pedoman isi piringku secara jelas (Billa et al., 2024). Menurut peneliti, rendahnya tingkat pengetahuan ibu balita dalam penelitian ini menunjukkan bahwa informasi mengenai Isi Piringku belum tersampaikan secara optimal di lingkungan posyandu. Kurangnya edukasi yang berkelanjutan dan minimnya media pembelajaran visual dapat menjadi faktor yang menyebabkan ibu belum memahami konsep gizi seimbang secara menyeluruh.

Ditinjau dari karakteristik pendidikan hampir setengahnya responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA diikuti oleh SMP dan SD dan sebagian kecil tidak sekolah. Tidak terdapat responden dengan pendidikan perguruan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah. Namun, masih terdapat responden dengan tingkat pendidikan dasar yang cukup signifikan. Menurut teori, pendidikan merupakan faktor predisposisi yang berperan penting dalam pembentukan pengetahuan dan perilaku kesehatan. Pendidikan tidak hanya meningkatkan kemampuan literasi dasar, tetapi juga mengembangkan kapasitas berpikir logis, analitis, serta kemampuan untuk memahami informasi

yang bersifat konseptual. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki literasi yang lebih baik, sehingga lebih mudah dalam menerima, menafsirkan, dan mengolah informasi kesehatan yang diperolehnya (Rahayu & Kurniawan, 2023). Literasi kesehatan merujuk pada kemampuan individu untuk mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan dalam pengambilan keputusan terkait perilaku kesehatannya. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa literasi kesehatan berpengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan praktik kesehatan ibu balita. Individu dengan tingkat literasi yang memadai umumnya lebih mampu mengolah informasi gizi, sehingga memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pedoman gizi seimbang, termasuk konsep Isi Piringku. Pendidikan formal yang lebih tinggi umumnya berkorelasi dengan kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan yang lebih rasional, termasuk dalam menentukan pola makan dan pemenuhan gizi anak. Namun demikian, pendidikan formal tidak selalu menjamin tingkat pengetahuan yang tinggi apabila tidak didukung oleh pengalaman belajar yang spesifik dan relevan setelah pendidikan formal berakhir. Pengetahuan yang diperoleh di bangku sekolah belum tentu mencakup secara mendalam tentang pedoman gizi seimbang, khususnya konsep Isi Piringku. Menurut peneliti, meskipun mayoritas responden berpendidikan menengah atas (SMA), rendahnya tingkat pengetahuan tentang Isi Piringku menunjukkan pendidikan formal saja belum cukup untuk membentuk pemahaman yang optimal. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya penyuluhan gizi yang terstruktur, minimnya penggunaan media edukasi visual, serta belum optimalnya pendampingan praktik langsung di posyandu. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan tidak hanya bergantung pada tingkat pendidikan, tetapi juga pada keberlanjutan edukasi dan strategi komunikasi kesehatan yang tepat sasaran.

Dari segi pekerjaan, hampir seluruh responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga dan sebagian kecil tidak bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki peran langsung dalam pengasuhan dan penyediaan makanan balita di rumah. Secara teori, pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Hal ini tidak terlepas dari kaitan pekerjaan dengan lingkungan sosial, dinamika interaksi, pengalaman kerja, serta akses terhadap berbagai sumber informasi. Individu yang bekerja di luar rumah umumnya memiliki kesempatan lebih luas untuk memperoleh informasi melalui interaksi sosial dan berbagai media yang tersedia di lingkungan kerjanya. Berbeda dengan itu, meskipun ibu rumah tangga memiliki waktu lebih banyak di rumah, akses mereka terhadap informasi kesehatan sangat bergantung pada keberadaan program penyuluhan, ketersediaan media informasi, serta dukungan dari lingkungan sekitar (Sari & Wibowo, 2025). Teori literasi kesehatan juga menjelaskan bahwa pembentukan pengetahuan tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan waktu, melainkan juga oleh kemampuan individu dalam

mengakses, memahami, dan memanfaatkan informasi kesehatan yang diperoleh. Dengan demikian, meskipun ibu rumah tangga memiliki fleksibilitas waktu yang relatif lebih besar, peningkatan pengetahuan tetap memerlukan paparan informasi secara konsisten serta edukasi yang terarah dan tepat sasaran. Menurut peneliti, meskipun mayoritas responden adalah ibu rumah tangga yang memiliki waktu untuk menyiapkan makanan, rendahnya pengetahuan menunjukkan bahwa waktu luang belum tentu berbanding lurus dengan peningkatan pemahaman gizi. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya paparan informasi serta minimnya edukasi rutin dari tenaga kesehatan.

Berdasarkan karakteristik usia, setengah responden berada pada rentang usia 26–35 tahun, diikuti usia 17–25 tahun, dan sebagian kecil usia 36–45 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia produktif dan usia reproduksi aktif. Pada tahap ini, kemampuan berpikir logis, analitis, serta pemecahan masalah telah berkembang secara optimal. Selain itu, seseorang telah mencapai kematangan emosi dan kemampuan menerima serta mengolah informasi secara rasional. Teori perkembangan dewasa menjelaskan bahwa pertambahan usia seseorang diikuti oleh peningkatan pengalaman hidup. Pengalaman tersebut berperan penting dalam membentuk pola pikir dan memengaruhi cara individu memahami informasi baru. Meskipun demikian, peningkatan usia tidak secara otomatis meningkatkan pengetahuan tanpa didukung oleh akses informasi, pendidikan, dan pengalaman belajar yang memadai. Faktor usia juga memiliki hubungan dengan kesiapan menerima edukasi kesehatan. Individu pada usia produktif umumnya memiliki daya tangkap yang tinggi. Namun demikian, kualitas pengetahuan mereka sangat dipengaruhi oleh paparan informasi, lingkungan sosial, tingkat pendidikan, serta intensitas penyuluhan yang diterima (Putra et al., 2025). Menurut peneliti, meskipun mayoritas ibu berada pada usia produktif, hal tersebut belum menjamin tingkat pengetahuan yang baik apabila tidak diikuti dengan edukasi yang memadai. Usia yang matang perlu didukung dengan akses informasi yang tepat agar dapat meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang.

Secara keseluruhan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setengah responden memiliki tingkat pengetahuan kurang. Kondisi ini memerlukan perhatian khusus dari tenaga kesehatan dan kader posyandu bahwa ibu balita masih belum sepenuhnya memahami prinsip dasar Isi Piringku dalam praktik pemberian makan sehari-hari. Menurut teori domain kognitif, pengetahuan terdiri dari beberapa tingkatan yaitu tahu, memahami, dan aplikasi. Jika pengetahuan dasar masih rendah, maka ibu akan kesulitan untuk mencapai tahap memahami dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Yuliana & Safitri, 2024). Oleh karena itu, peneliti beropini rendahnya tingkat pengetahuan ini berpotensi mempengaruhi pola pemberian makan balita, seperti kurangnya variasi makanan dan ketidakseimbangan proporsi zat gizi. Dengan demikian, diperlukan penyuluhan rutin, penggunaan media edukasi visual seperti

poster dan leaflet, serta pendampingan langsung dari kader posyandu agar ibu tidak hanya mengetahui, tetapi juga memahami dan mampu menerapkan konsep Isi Piringku dengan benar.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai tingkat pengetahuan ibu tentang isi piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang, maka dapat disimpulkan bahwa setengah ibu balita memiliki tingkat pengetahuan yang masih kurang.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan penelitian dengan sampel yang lebih besar. Mereka juga dapat menggunakan desain analitik atau eksperimental untuk mengetahui hubungan atau pengaruh pengetahuan ibu terhadap praktik pemberian makan serta status gizi balita. Selain itu, penelitian dapat menambahkan variabel lain, seperti perilaku pemberian makan, pola asuh, tingkat ekonomi, dan status gizi anak. Hal ini akan menghasilkan temuan yang lebih komprehensif.

5.2.2 Bagi Ibu Balita Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung

Ibu balita diharapkan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang konsep gizi seimbang melalui pedoman Isi Piringku. Mereka juga perlu menerapkan konsep tersebut dalam praktik pemberian makan harian. Dengan demikian, pola konsumsi balita akan menjadi lebih sehat, bergizi, dan seimbang. Hal ini mendukung pertumbuhan serta perkembangan anak secara optimal.

5.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan kader posyandu, diharapkan dapat meningkatkan kegiatan edukasi gizi pada ibu balita melalui penyuluhan rutin tentang konsep isi piringku. Media sebaiknya disampaikan dengan menggunakan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami, seperti leaflet, poster, atau media visual lainnya. Dengan pendekatan ini, pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang dapat ditingkatkan, sehingga mendukung penerapan pola makan sehat pada balita.

5.2.4 Bagi Institusi Kesehatan

Institusi kesehatan diharapkan memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi dan referensi. Hasil tersebut dapat digunakan untuk merancang program intervensi gizi yang lebih terarah, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi sehat keluarga. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan kegiatan promotif dan preventif di tingkat masyarakat.

5.2.5 Bagi Pemerintah Daerah

Pemerintah daerah diharapkan menggunakan hasil penelitian ini sebagai data dasar. Data tersebut dapat diterapkan dalam penyusunan kebijakan dan perencanaan program peningkatan status gizi masyarakat, terutama balita. Program ini dapat diperkuat melalui edukasi gizi seimbang berdasarkan pedoman Isi Piringku di posyandu atau fasilitas kesehatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agil, N. M., Ismoyowati, T. W., Anggaraeni, K. R. T., Nurchayati, S., Pamangin, L. O. M., Yulianti, Y., Adimuntja, N. P., Diwyami, N. P., Mawaddah, N., Ifadah, E., Hairat, U., & Karundeng, J. O. (N.D.). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
<https://books.google.co.id/books?id=Xrbpeqaaqbaj&pg=pr7&dq=Pengertian+Analisa+Data+Deskriptif>
- Al-Faida, N. (2023). *Metodologi Penelitian Gizi*. Penerbit Nem.
<https://books.google.co.id/books?id=Clc-Eaaaqbaj&pg=pa38>
- Asrumi, Krisnadi, I. G., Rasni, H., Endhiarto, T., & Sofia. (2023). Penurunan Angka Stunting: Penyuluhan Pentingnya Perubahan Pola Pikir Di Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang. *Jurnal Abdidas*, 4(6).
- Audina, W., Naswa, U., & Widriyani, A. (2025). Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja Di Desa Tanjung Anom Deli Serdang. *Journal Of Health And Religion*, 2, 109–124.
<http://aspublisher.co.id/index.php/jhr/indexhttp://aspublisher.co.id/index.php/jhr>
- Billa, S., Febria, C., & Andriani, L. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Terhadap Kejadian Stunting Di Jorong Pahambatan Nagari Balingka Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam Tahun 2023. *Journal Of Social Science Research*, 4(1), 548–556.
- Darmawati Bhinuri. (2022). *Isi Piringku: Pedoman Makan Kekinian Orang Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia- Ayo Sehat.
<https://ayosehat.kemkes.go.id/isi-piringku-pedoman-makan-kekinian-orang-indonesia>
- Dinas Kesehatan Provensi Aceh. (2023). *Pedoman Isi Piringku, Agar Masyarakat Paham Pentingnya Gizi Seimbang*. Dinas Kesehatan Provensi Aceh. <https://dinkes.acehprov.go.id/detailpost/pedoman-isi-piringku-agar-masyarakat-paham-pentingnya-gizi-seimbang>
- Effendy, F., & Yuwanda, T. (Ed. . (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Takaza Innovatix Labs.
<https://books.google.co.id/books?id=Ueaxeqaqbaj&pg=pa38>
- Health.Grid.Id. (2023). Menerapkan Pedoman Makan Isi Piringku Setiap Hari, Apa Manfaat Yang Didapatkan? *Health.Grid.Id*.
<https://health.grid.id/read/353921970/menerapkan-pedoman-makan-isi-piringku-setiap-hari-apa-manfaat-yang-didapatkan>

- Irawan, D. (2025). *Metode Penelitian Ekonomi & Bisnis*. UMSU Press.
<https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Rk9meqaaqbaj&Pg=PA62>
- Komala, F., Yunariyah, S., & Rahmadona, R. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku Dengan Perilaku Gizi Seimbang Di Wilayah Kerja Puskesmas Way Urang Kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Penelitian Medika Ruwa Jurai*, 3(2), 75–83.
<https://Juke.Kedokteran.Unila.Ac.Id/Index.Php/Jpm/Article/View/3167/Pdf>
- Laswati, D. T. (2022). Pkm “Pengenalan B2sa Dan Isi Piringku” Di Dusun Patukan, Desa Ambarketawang, Kapanewonan Gamping, Kabupaten Sleman. *Jurnal Ilmiah Padma Sri Kreshna, Volume 4, 5*.
<https://Drive.Google.Com/Drive/Folde>
- Lautan, L. M., Panggus, F. L., & Andri, F. (2024). Penerapan Isi Piringku Untuk Mencegah Kurang Gizi Pada Anak Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Saigon Pontianak. *Nursing Update : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-Issn : 2085-5931 E-Issn : 2623-2871*, 15(2), 402–408.
<https://Doi.Org/10.36089/Nu.V15i2.2171>
- Lusita, I. (2021). *Efektivitas Penggunaan Booklet Gizi Seimbang Disertai Form Diet Tracker Terhadap Pengetahuan Dan Asupan Makronutrien* [Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
<http://Eprints.Poltekkesjogja.Ac.Id/Id/Eprint/8083>
- Magdalcna, M., & Supriyono. (2025). *Isi Piringku: Menata Kesehatan Masa Depan Melalui Gizi Seimbang* (Supriyono (Ed.)). Yayasan Pendidikan Cendekia Muslim.
https://Www.Researchgate.Net/Publication/389326799_Isi_Piringku_Menata_Kesehatan_Masa_Depan_Melalui_Gizi_Seimbang
- Mayun, S. L., Susanti, N., & Mashar, H. M. (2023). Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea. *Jurnal Forum Kesehatan*, 13(2), 85–90.
- Mursyida, R. F., Puspitasari, D. I., & Mulyadi, E. (2025). *Peran Pola Asuh Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung The Role Of Parenting Patterns In The Prevention Of Stunting In Toddlers Aged 24 – 59 Months In The Working Area Of Tanjung Public*. 4, 112–124.
- Nursifa, A. P., & Nurasiah, L. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku Dengan Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun Di Desa Lebaksiuh Kecamatan Ciawigebang Kabupaten Kuningan. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan UNISA Kuningan*.
- Pricilla, S. L. (2020). *Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Tentang Isi Piringku Dengan Media Leaflet Pada Siswa/I Kelas Iv Di*

Sd Putra Bangsa Depok [Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta II].
<https://Repository.Poltekkesjkt2.Ac.Id/Index.Php?P=Fstream-Pdf&Fid=4472&Bid=4375>

- Putra, A. R., Mahendra, F., & Lestari, P. (2025). Pengaruh Umur Ibu Terhadap Pemahaman Gizi Seimbang Pada Balita. *Jurnal Edukasi Gizi*, 2(2), 90–100.
- Rahayu, T., & Kurniawan, A. (2023). Peran Pendidikan Dalam Peningkatan Literasi Kesehatan Ibu Balita. *Jurnal Studi Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 134–142.
- Raihan, M., Basri, B. A., & Marantika, A. G. (2025). *Prinsip Anonymity Sebagai Perwujudan Hak Privasi: Suatu Tinjauan Konseptual Dalam Kerangka Undang-Undang Pelindungan Data Pribadi*. 7(2), 231–239.
- Ramdhan, M., & Effendy, A. A. (Editor). (2021). *Metode Penelitian* (D. Layout) Sunarsi (Ed.); Cetakan Pe). Cipta Media Nusantara (CMN). [https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=XRBPEQAAQBAJ&Pg=PR7&Dq=Pengertian+Analisa+Data+Deskriptif&Hl=Id&Newbks=1&Newbks_Redir=0&Source=Gb_Mobile_Search&Ovdme=1&Sa=X&Ved=2ahukewjd5ymopesqaxwjrcojhxwzixaq6af6bagmeam#V=Onepage&Q=PengertianAnalisaDataDeskriptif&F=False](https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=XRBPEQAAQBAJ&Pg=PR7&Dq=Pengertian+Analisa+Data+Deskriptif&Hl=Id&Newbks=1&Newbks_Redir=0&Source=Gb_Mobile_Search&Ovdme=1&Sa=X&Ved=2ahukewjd5ymopesqaxwjrcojhxwzixaq6af6bagmeam#V=Onepage&Q=PengertianAnalisaDataDeskriptif&F=Falsehttps://Books.Google.Co.Id/Books?Id=XRBPEQAAQBAJ&Pg=PR7&Dq=Pengertian+Analisa+Data+Deskriptif&Hl=Id&Newbks=1&Newbks_Redir=0&Source=Gb_Mobile_Search&Ovdme=1&Sa=X&Ved=2ahukewjd5ymopesqaxwjrcojhxwzixaq6af6bagmeam#V=Onepage&Q=PengertianAnalisaDataDeskriptif&F=False)
- Riansyah, A. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Penerbit XYZ. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Gfudeqaaqbaj&Pg=PA99>
- Rismawati. (2021). *Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kakaskasen Tomohon* [Universitas Pembangunan Indonesia]. <https://Id.Scribd.Com/Document/621342434/Rismawati-Skripsi>
- Ristanti, E. Y. (2024). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Deepublish. https://Www.Google.Co.Id/Books/Edition/Gizi_Seimbang_Dalam_Daur_Kehidupan/8b4yeqaaqbaj
- Roflin, E., & Pariyana. (2022). *Metode Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Rostanty, R. A., Khairani, M. D., Abdullah, A., & Junita, D. E. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung Tahun 2023. *Jurnal Gizi Aisyah*, 6(2), 111–120. <https://Doi.Org/10.30604/Jnf.V6i2.1402>

- Sagala, C. O., & Noerfitri, N. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Gizi Lebih Mahasiswa Stikes Mitra Keluarga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 22–27. <https://doi.org/10.52022/Jikm.V13i1.152>
- Saputri, A. D. (2021). *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Isi Piringku Untuk Anak Usia Prasekolah (4–6) Tahun Di RW 01 Kelurahan Adirejo Kepanjen*. Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS Dr. Soepraoen.
- Sari, P., & Wibowo, D. (2025). Akses Informasi Kesehatan Pada Ibu Rumah Tangga Di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(1), 33–41.
- Sefty, A. D., Khairani, M. D., Abdullah, & Muharramah, A. (2024). Tingkat Pengetahuan Ibu Terkait Gizi Dan Pola Pemberian Makan Dengan Gizi Kurang Pada Balita Usia 6–59 Bulan Di Desa Pakuan Aji Kabupaten Lampung Timur. *Media Gizi Pangan*, 31(2), 232–239.
- Swarjana, I. K. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri* Andi. https://www.google.co.id/books/edition/Konsep_Pengetahuan_Sikap_Perilaku_Persepsi/Apfeeaaqbaj?hl=id&gbpv=1
- Syaiful. (2023). *Karya Tulis Ilmiah: Teori Dan Panduan Praktis Penulisan Karya Ilmiah*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Wada, F. H., Pertiwi, A., Hasiolan, M. I. S., Lestari, S., Sudipa, I. G. I., Patalatu, J. S., Boari, Y., Ferdinan, F., Puspitaningrum, J., Ifadah, E., & Rahman, A. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian* (S. Sepriano, E. Efitra, & I. K. Sari (Eds.)). Pt. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=Iqhseaaqbaj&pg=Pa116>
- Yuliana, F., & Safitri, M. (2024). Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Keluarga Balita. *Jurnal Keluarga Sehat*, 7(1), 120–129.
- Yulina Dwi Hastuty, N. A. N. (2023). *Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi* (Terbitan P). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

SURAT PERMOHONAN PENGAMBILAN DATA AWAL



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 2823/PL34.1/DV.01.18/2025
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan Data Awal Penelitian

16 Oktober 2025

Kepada
Yth. Kepala Puskesmas Tanjung

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Roisah Diniyah
NRP : 33412301066
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Pengambilan Data Awal Penelitian
Judul TA : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSSE.

SURAT BALASAN DARI UPTD PUSKESMAS TANJUNG



**PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG
DINAS KESEHATAN DAN KELUARGA BERENCANA
UPTD PUSKESMAS TANJUNG**

Jl. Raya Tanjung No. 4 Kec. Camplong (69281) Kab. Sampang
Telp. 0324 – 3510129 Email : pkmtanjung01@gmail.com

SURAT IJIN PENGAMBILAN DATA AWAL

No. 000.1/1570/434.203.200.14/2025

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : dr. Nurus Zakiya
NIP : 197710072006042021
Pangkat/Gol. : Pembina Tk 1/IVb
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas Tanjung
Unit Kerja : UPTD Puskesmas Tanjung
Memberikan ijin pengambilan data awal kepada:
Nama : Roisah Diniyah
NIM : 33122301066
Semester : V (lima)
Prodi : D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura
Tema/Topik : Gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku
di posyandu hiu di desa Dharma Tanjung Kabupaten
Sampang

Dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Melakukan pembayaran redistribusi sesuai perda tarif yang berlaku
2. Ijin diberikan selama 1 (satu) hari, Tanggal 20 Oktober 2025
3. Lokasi Pengambilan data awal di Puskesmas tanjung Kec. Camplong Kab. Sampang
4. Selama pengambilan data harus mengedapankan kenyamanan dan privasi pasien
5. Selalu menjaga nama baik Puskesmas Tanjung
6. Yang bersangkutan harus membuat salinan laporan hasil penelitian dan diserahkan ke Puskesmas Tanjung
7. Ijin Pengambilan data awal ini untuk tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu keamanan dan ketertiban

Demikian Surat Ijin Pengambilan Data Awal ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Sampang, 20 Oktober 2025
Kepala Puskesmas Tanjung



dr. NURUS ZAKIYAH
Pembina Tk.1 / IVb
NIP. 197710072006042021

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 0061/PL34.1/DV.01.18/2026
Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

15 Januari 2026

Kepada

Yth. 1. Kepada Mall Pelayanan Publik Kab. Sampang
2. Kepala Puskesmas Tanjung Kabupatensampang
3. Kader Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Roisah Diniyah
NRP : 33412301066
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
Judul TA : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku di Posyandu Hiu Desa
Dharma Tanjung Kabupaten Sampang.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSSE



PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan KH. Wahid Hasyim No. 143 Telp. (0323) 322022 Fax. -
Email : dpmpstps@sampangkab.go.id Website : sampangkab.go.id/dpmpstps
SAMPANG (69213)

SURAT KETERANGAN PENELITIAN
NOMOR : 072/0030/434.211/Penelitian/2026

- Dasar :
- 1 Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 03 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
 - 2 Peraturan Bupati Sampang Nomor 01 Tahun 2022 Tentang Perubahan Atas Peraturan Bupati Sampang Nomor : 60 Tahun 2020 Tentang Pendelegasian Kewenangan Di Bidang Perizinan dan Rekomendasi Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Tenaga Kerja;
 - 3 Peraturan Bupati Sampang Nomor 35 Tahun 2025 Tentang Perubahan Kedua atas Peraturan Bupati Nomor 22 Tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan dan Non perizinan Melalui Aplikasi Sistem Informasi Perijinan Online Sampang;
 - 4 Surat Dari Politeknik Negeri Madura Nomor : 0061/PL34.1/DV.01.18/2026 Tanggal : 15 Januari 2026 Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian;

Dengan ini kami memberikan keterangan kepada :

Nama : **Rolsah Dinlyah**
Alamat : Dusun. Bandaran II Desa. Bandaran Kec. Tlanakan Kab. Pamekasan
Prodi /Jurusan : D3 Keperawatan
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang
Tujuan Penelitian : Karya Tulis Ilmiah (KTI)
Lokasi Penelitian : 1. Puskesmas Tanjung, Kecamatan. Camplong, Kabupaten. Sampang. 2. Kader Posyandu Hiu Desa. Dharma Tanjung, Kecamatan. Camplong, Kabupaten. Sampang
Lama Penelitian : 01 Januari 2026 s/d 7 Februari 2026
Bidang Penelitian : Kesehatan
Status Peneliti : Mahasiswa

Dengan Ketentuan Sebagai Berikut

- 1 Pelaksanaan ijin Penelitian agar tidak di salah gunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah / lokasi setempat;
- 2 Apabila masa berlaku surat keterangan ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai, perpanjangan ijin harus di ajukan kembali kepada instansi pemohon;
- 3 Surat Keterangan ini akan di cabut dan di anggap tidak berlaku apabila pemegang surat keterangan ini tidak memenuhi ketentuan - ketentuan sebagaimana tersebut di atas;
- 4 Dalam jangka waktu 1 (satu) minggu selesai melakukan kegiatan di wajibkan memberikan laporan dalam pelaksanaan kegiatan Penelitian dan hasil - hasilnya kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Sampang;
- 5 Surat Keterangan Penelitian maksimal berlaku 1 tahun sejak tanggal di tetapkan dan dapat di perpanjang.

Sampang, 06 Februari 2026
**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KABUPATEN SAMPANG**

Ir. MAJID SYAMRONI, M. Si,
Pembina Utama Muda
19670324 199710 1 001



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 5 Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG
DINAS KESEHATAN DAN KELUARGA BERENCANA
UPTD PUSKESMAS TANJUNG**

Jl. Raya Tanjung No. 4 Kec. Camplong (69281) Kab. Sampang
Telp. 0324 – 3510129 Email : pkmtanjung01@gmail.com

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

No: 000.9/173/434.203.200.14/2026

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : dr. Nurus Zakiya
NIP : 197710072006042021
Pangkat/Gol. : Pembina Tk 1/IVb
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas Tanjung
Unit Kerja : UPTD Puskesmas Tanjung

Menerangkan bahwa :

Nama : Roisah Diniyah
NIM : 33122301066
Semester : V (lima)
Prodi : D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura
Tema/Topik : Gambaran pengetahuan ibu balita tentang isi piringku di posyandu hiu di desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di Puskesmas Tanjung pada tanggal 01 Januari sampai dengan 07 Februari 2026

Demikian Surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Sampang, 07 Februari 2026
Kepala Puskesmas Tanjung



dr. NURUS ZAKIYAH
Pembina Tk.1 / IVb
NIP. 197710072006042021

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Setelah saya membaca dengan jelas ***Informed Consent*** yang sudah diberikan, maka dengan ditandatanganinya pernyataan ini, saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran pola tidur lansia dengan hipertensi di Desa Gulbung Kecamatan Pangarengan Kabupaten Sampang”.

Demikian surat pernyataan ini saya isi dengan sebenarnya dari kemauan saya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Hormat saya,
Responden

Nama (Inisial)

LEMBAR KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Yang terhormat, calon responden penelitian. Perkenalkan nama saya “Roisah Diniyah” saya adalah mahasiswa tingkat akhir prodi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura.

Saat ini saya sedang menyusun penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang” saya sangat membutuhkan bantuan saudara untuk berpartisipasi dalam proses penelitian ini untuk menjadi responden penelitian, sebagai bentuk etika penelitian, saya menjamin kerahasiaan data yang saudara berikan. Data yang diterima dari saudara akan disampaikan sebagai laporan hasil penelitian tanpa menyebutkan nama saudara.

Besar harapan saudara berkenan untuk menjadi responden dalam penelitian ini serta bersedia mengisi form pernyataan bersedia menjadi responden. Atas kebaikan dan perkenaan saudara kami sampaikan terima kasih.

Hormat saya,
Peneliti

Roisah Diniyah
NRP. 33412301066

LEMBAR KISI-KISI KUESIONER

Variabel	Indikator	Nomer Pertanyaan			Jumlah Pertanyaan
		Tahu	Memahami	Aplikasi	
Pengetahuan ibu balita tentang isi piringku	1. pengertian isi piringku	1, 2, 3, 4,			4
	2. komposisi makan (karbohidrat, protein, sayur, buah)	5, 6, 7, 8,			4
	3. Proporsi sajian (setengah sayur dan buah, setengah karbohidrat dan protein	9, 10	11, 12, 20	30	6
	4. Frekuensi dan waktu makan		13, 14, 15		3
	5. Pentingnya air minum dan aktivitas fisik		16, 17, 18, 19		4
	6. Dampak pola makan tidak seimbang			21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29	9
Jumlah keseluruhan soal					30

Kunci Jawaban Kuesioner

- | | | |
|-------|-------|-------|
| 1. B | 11. A | 21. B |
| 2. B | 12. B | 22. C |
| 3. A | 13. B | 23. B |
| 4. B | 14. B | 24. C |
| 5. C | 15. B | 25. C |
| 6. C | 16. C | 26. C |
| 7. B | 17. B | 27. B |
| 8. A | 18. C | 28. C |
| 9. B | 19. B | 29. B |
| 10. B | 20. C | 30. B |

LEMBAR PENGUMPULAN DATA UMUM

A. Data Umum:

- 1) Identitas responden
Nama:
Alamat:
- 2) Pendidikan terakhir
☐SD
☐SMP
☐SMA
☐Perguruan tinggi
☐Tidak tamat sekolah
- 3) Pekerjaan
☐Tidak bekerja
☐PNS
☐Swasta
☐Ibu rumah tangga
☐Petani
☐Pedagang
- 4) Usia
☐17-25 tahun
☐26-35 tahun
☐36-45 tahun

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

1. Makanan yang beraneka ragam terdiri dari...
 - a. Nasi dan lauk saja
 - b. Nasi, lauk-pauk, sayuran, dan buah
 - c. Nasi dan sayuran
 - d. Lauk-pauk dan buah
2. Prinsip isi piringku menggambarkan...
 - a. Jumlah makan sebanyak-banyaknya
 - b. Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi sesuai kebutuhan tubuh
 - c. Pola makan tinggi karbohidrat
 - d. Pola makan anak dan dewasa sama
3. Makanan yang beragam dalam konsep isi piringku terdiri dari...
 - a. Karbohidrat, protein (hewani & nabati), sayuran & buah-buahan
 - b. Nasi, sayuran, buah-buahan, susu
 - c. Nasi, sayuran, lauk-pauk, susu
 - d. Tidak tahu
4. Tujuan dari konsep isi piringku adalah...
 - a. Mengatur jumlah makan agar anak cepat gemuk
 - b. Mengatur komposisi makanan agar seimbang dalam satu piring
 - c. Mengurangi porsi makan anak supaya anak tidak gemuk
 - d. Tidak tahu
5. Protein hewani dapat diperoleh dari...
 - a. Jagung dan kentang
 - b. Tahu dan tempe
 - c. Daging sapi, ayam, dan ikan
 - d. Pisang dan pepaya
6. Kacang merah, kacang hijau, dan kacang tanah termasuk sumber...
 - a. Karbohidrat
 - b. Protein hewani
 - c. Protein nabati
 - d. Lemak
7. Selain nasi, sumber karbohidrat dapat diperoleh dari...
 - a. Bayam dan wortel
 - b. Jagung dan kentang
 - c. Daging dan ikan
 - d. Telur dan susu
8. Apa fungsi utama karbohidrat?
 - a. Sumber energi bagi tubuh
 - b. Pembentuk sel darah merah
 - c. Menjaga kesehatan
 - d. Tidak tahu

9. Prinsip isi piringku menjelaskan porsi makanan pokok dan lauk pauk dibanding sayur & buah...
 - a. Lebih banyak daripada sayur & buah
 - b. Sama dengan porsi sayur & buah
 - c. Lebih sedikit dari sayur & buah
 - d. Tidak ditentukan
10. Porsi sayur dan buah-buahan yang sesuai anjuran isi piringku adalah...
 - a. $\frac{1}{4}$ dari isi piring
 - b. $\frac{1}{2}$ dari isi piring
 - c. $\frac{3}{4}$ dari isi piring
 - d. Tidak tahu
11. Dalam satu kali makan, porsi sayur dan buah menurut isi piringku adalah...
 - a. $\frac{1}{2}$ piring
 - b. $\frac{1}{3}$ piring
 - c. $\frac{1}{4}$ piring
 - d. 1 piring penuh
12. Porsi buah dalam satu kali makan adalah...
 - a. $\frac{1}{2}$ setengah piring
 - b. $\frac{1}{3}$ setengah piring
 - c. $\frac{1}{2}$ dari 1 piring
 - d. $\frac{1}{4}$ dari 1 piring
13. Sebaiknya berapa kali kita makan dalam sehari?
 - a. 1–2 kali
 - b. 3 kali
 - c. <4 kali
 - d. Tidak tahu
14. Sebaiknya berapa porsi kita makan sayur setiap hari?
 - a. 1–2 porsi
 - b. 3–4 porsi
 - c. 5 porsi
 - d. Tidak tahu
15. Sebaiknya berapa porsi kita makan buah-buahan setiap hari?
 - a. 1 porsi
 - b. 2–3 porsi
 - c. 4–5 porsi
 - d. Tidak tahu
16. Anjuran konsumsi air putih yang benar adalah...
 - a. Tidak perlu setiap hari
 - b. Maksimal 6 gelas per hari
 - c. Disesuaikan dengan kebutuhan anak
 - d. Hanya saat haus
17. Setelah makan anak dianjurkan minum...
 - a. Tidak minum air putih
 - b. Minum air putih
 - c. Minum teh
 - d. Minum minuman manis

18. Anjuran aktivitas fisik yang tergolong sedang dalam sehari minimal selama...
 - a. 10 menit
 - b. 20 menit
 - c. 30 menit
 - d. Tidak tahu
19. Cuci tangan sebelum makan pada anak yang benar adalah...
 - a. Dengan air saja
 - b. Dengan sabun dan air mengalir
 - c. Tidak perlu cuci tangan
 - d. Dengan tisu basah
20. Porsi makan dengan prinsip isi piringku pada balita akan menjadikan tubuh...
 - a. Gemuk
 - b. Kurus
 - c. Lebih sehat dan seimbang
 - d. Tidak terpengaruh
21. Kurang gizi pada balita dapat menyebabkan...
 - a. Anak lebih aktif
 - b. Anak mudah terserang penyakit
 - c. Anak cepat gemuk
 - d. Anak jarang sakit
22. Pola makan balita yang didominasi karbohidrat dapat menyebabkan...
 - a. Asupan gizi seimbang
 - b. Pertumbuhan optimal
 - c. Risiko masalah gizi
 - d. Daya tahan tubuh meningkat
23. Kekurangan gizi dalam jangka waktu panjang pada balita dapat menyebabkan...
 - a. Obesitas
 - b. Stunting
 - c. Nafsu makan meningkat
 - d. Anak lebih cerdas
24. Pemberian lauk-pauk pada makan balita sebaiknya...
 - a. Lebih sedikit dari buah
 - b. Tidak perlu diberikan
 - c. Sesuai dengan prinsip isi piringku
 - d. Diganti makanan cepat saji
25. Makanan cepat saji berlemak dan tinggi karbohidrat pada balita...
 - a. Telah memenuhi gizi seimbang
 - b. Baik dikonsumsi tiap hari
 - c. Tidak dianjurkan sering dikonsumsi
 - d. Dianjurkan untuk balita
26. Kebutuhan gizi bayi dan balita dibanding orang dewasa adalah...
 - a. Sama
 - b. Lebih rendah
 - c. Berbeda sesuai dengan kebutuhan

- d. Tidak perlu diperhatikan
- 27. Susu pada makan balita berfungsi sebagai...
 - a. Pengganti makanan pokok
 - b. Pelengkap asupan gizi
 - c. Sumber karbohidrat utama
 - d. Tidak perlu diperhatikan
- 28. Sayuran untuk balita sebaiknya disajikan...
 - a. Tanpa dicuci
 - b. Dalam keadaan mentah
 - c. Setelah diolah dengan bersih dan matang
 - d. Hanya jika anak mau
- 29. Tujuan dari konsep isi piringku adalah...
 - a. Mengatur jumlah makan agar anak cepat gemuk
 - b. Mengatur komposisi makanan agar seimbang dalam satu piring
 - c. Mengurangi porsi makan anak supaya anak tidak gemuk
 - d. Tidak tahu
- 30. Porsi makanan pokok dan lauk pauk dalam sekali makan...
 - a. Lebih banyak daripada sayur & buah
 - b. Sama dengan porsi sayur & buah
 - c. Lebih sedikit dari sayur & buah
 - d. Tidak ditentukan

Sumber: (Pricilla, 2020), (Lusita, 2021), (Rismawati, 2021)

Lampiran 11 Hasil Tabulasi Data Umum Dan Data Khusus

Data Umum			Data Khusus																														Frekuensi									
No	Inisial	Pendidikan terakhir	Usia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Total	Persen	Kategori	Baik	Cukup	Kurang	Kode		
1	S	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90%	BAIK	1			1		
2	S	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	23	77%	BAIK	1			1		
3	F	3	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	18	60%	CUKUP		1		2		
4	U	3	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	18	60%	CUKUP		1		2		
5	R	3	2	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	18	60%	CUKUP		1		2		
6	E	1	3	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	17	57%	CUKUP		1		2		
7	E	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	23	77%	BAIK	1			1		
8	B	3	3	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	16	53%	KURANG			1	3	
9	A	2	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	8	27%	KURANG			1	3	
10	H	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	14	47%	KURANG			1	3	
11	N	2	2	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	16	53%	KURANG			1	3	
12	H	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	10	33%	KURANG			1	3
13	S	3	2	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	13	43%	KURANG			1	3		
14	D	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	17	57%	CUKUP		1		2		
15	S	2	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	13	43%	KURANG			1	3		
16	T	1	3	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	8	27%	KURANG			1	3	
17	D	2	2	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	15	50%	KURANG			1	3	
18	M	1	3	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	10	33%	KURANG			1	3	
19	R	1	2	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	9	30%	KURANG			1	3	
20	M	1	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	14	47%	KURANG			1	3	
21	I	3	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	14	47%	KURANG			1	3		
22	H	2	2	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	14	47%	KURANG			1	3		
23	H	2	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	16	53%	KURANG			1	3		
24	I	3	2	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	19	63%	CUKUP		1		2		
25	D	5	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	11	37%	KURANG			1	3		
26	H	1	3	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	10	33%	KURANG			1	3		
27	Y	2	2	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	16	53%	KURANG			1	3		
28	H	2	3	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18	60%	CUKUP		1		2		
29	S	1	2	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	17	57%	CUKUP		1		2		
30	D	2	2	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	18	60%	CUKUP		1		2		
31	I	1	2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	18	60%	CUKUP		1		2	
32	H	3	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	20	67%	CUKUP		1		2		
33	K	1	2	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	16	53%	KURANG			1	3		
34	K	3	2	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	21	70%	CUKUP		1		2		
35	L	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	21	70%	CUKUP		1		2		
36	E	3	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	77%	BAIK	1			1		
37	I	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	23	77%	BAIK	1			1		
38	S	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	24	80%	BAIK	1			1		
Frekuensi (orang)																																										
Total Keseluruhan																																		6	13	19	38					
																																		16%	34%	50%	100%					

Tabel Indikator Tahu

INDIKATOR TAHU										TOTAL	PERSEN	KATEGORI	FREKUENSI			KODE
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				BAIK	CUKUP	KURANG	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	90%	BAIK	1			1
1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	8	80%	BAIK	1			1
1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90%	BAIK	1			1
1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	6	60%	CUKUP		1		2
0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	3	30%	KURANG			1	3
1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	20%	KURANG				3
1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3	30%	KURANG			1	3
1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	3	30%	KURANG			1	3
0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	20%	KURANG			1	3
1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	6	60%	CUKUP		1		2
0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	4	40%	KURANG			1	3
1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	4	40%	KURANG			1	3
1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	4	40%	KURANG			1	3
1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	30%	KURANG			1	3
1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	3	30%	KURANG			1	3
1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5	50%	KURANG			1	3
1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	4	40%	KURANG			1	3
1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK	1			1
1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8	80%	BAIK	1			1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	90%	BAIK	1			1
frekuensi (orang)													6	16	16	38
total keseluruhan													16%	42%	42%	100%

Tabel Indikator Memahami

INDIKATOR MEMAHAMI										TOTAL	PERSEN	KATEGORI	FREKUENSI			KODE
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				BAIK	CUKUP	KURANG	
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	Baik	1			1
1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8	80%	BAIK	1			1
0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	5	50%	KURANG			1	3
0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	2	20%	KURANG			1	3
0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	3	30%	KURANG			1	3
0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	3	30%	KURANG			1	3
1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	3	30%	KURANG			1	2
0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	3	30%	KURANG			1	3
0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	3	30%	KURANG			1	3
0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	20%	KURANG			1	3
0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	20%	KURANG			1	3
0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	4	40%	KURANG			1	3
0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	4	40%	KURANG			1	3
1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	5	50%	KURANG			1	3
1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	5	50%	KURANG			1	3
0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	5	50%	KURANG			1	3
0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK	1			1
0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	8	80%	BAIK	1			1
0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
FREKUENSI (ORANG)													4	11	23	38
TOTAL KESELURUHAN													11%	29%	61%	100%

Tabel Indikator Aplikasi

INDIKATOR APLIKASI										TOTAL	PERSEN	KATEGORI	FREKUENSI			KODE
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				BAIK	CUKUP	KURANG	
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK	1			1
1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	5	50%	KURANG			1	3
1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	30%	KURANG			1	3
0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	3	30%	KURANG			1	3
1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	5	50%	KURANG			1	3
0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	4	40%	KURANG			1	3
0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	5	50%	KURANG			1	3
1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	7	70%	CUKUP		1		2
0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	3	30%	KURANG			1	3
1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	4	40%	KURANG			1	3
0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	10%	KURANG			1	3
0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	4	40%	KURANG			1	3
1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	4	40%	KURANG			1	3
1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	3	30%	KURANG			1	3
1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8	80%	BAIK	1			1
0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	3	30%	KURANG			1	3
1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	20%	KURANG			1	3
1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	6	60%	CUKUP		1		2
1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK	1			1
1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	3	30%	KURANG			1	3
1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	5	50%	KURANG			1	3
1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	4	40%	KURANG			1	3
1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	7	70%	CUKUP		1		2
1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	6	60%	CUKUP		1		2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK	1			1
1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8	80%	BAIK	1			1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	90%	BAIK	1			1
FREKUENSI (ORANG)										6			14		18	38
TOTAL KESELURUHAN										16%			37%		47%	100%

Keterangan:

Pendidikan Terakhir

- | | |
|------------------------|----------------------|
| 1. SD | : 10 Responden (26%) |
| 2. SMP | : 11 Responden (29%) |
| 3. SMA | : 16 Responden (42%) |
| 4. Perguruan Tinggi | : 0 Responden (0%) |
| 5. Tidak Tamat Sekolah | : 1 Responden (3%) |

Pekerjaan

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. Tidak Bekerja | : 2 Responden (5%) |
| 2. PNS | : 0 Responden (0%) |
| 3. Swasta | : 0 Responden (0%) |
| 4. Ibu Rumahtangga | : 36 Responden (95%) |
| 5. Petani | : 0 Responden (0%) |

Umur

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 17-25 Tahun | : 13 Responden (34%) |
| 2. 25-36 Tahun | : 19 Responden (50%) |
| 3. 36-45 Tahun | : 6 Responden (16%) |

Kategori

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1. Baik | : 6 Responden (16%) |
| 2. Cukup | : 13 Responden (34%) |
| 3. Kurang | : 19 Responden (50%) |

Kategori Dalam Pengetahuan Ranah Tahu

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1. Baik | : 6 Responden (16%) |
| 2. Cukup | : 16 Responden (42%) |
| 3. Kurang | : 16 Responden (42%) |

Kategori Dalam Pengetahuan Ranah Memahami

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1. Baik | : 6 Responden (10%) |
| 2. Cukup | : 16 Responden (29%) |
| 3. Kurang | : 16 Responden (61%) |

Kategori Dalam Pengetahuan Ranah Aplikasi

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1. Baik | : 6 Responden (16%) |
| 2. Cukup | : 14 Responden (37%) |
| 3. Kurang | : 18 Responden (47%) |





Lampiran 13 Lembar konsultasi pembimbing 1

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING 1

Nama : Roisah Diniyah
 Nrp : 33412301066
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Pembimbing I : Cantika Iva Nugrahani, SST., M.Keb
 Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	23 September 2025	Konsultasi Judul	Revisi	f
2.	30 September 2025	Konsul Judul	ACC	f
3.	09 Oktoberr 2025	Konsultasi Bab 1	Revisi	f
4.	21 Oktober 2025	Konsultasi Bab 1	Revisi	f
5.	06 November 2025	Konsultasi Bab 1, Bab 2	Revisi	f
6.	07 November 2025	Konsultasi Bab 1, Bab 2	Revisi	f
7.	12 November 2025	Konsultasi Bab 1, Bab 2, Bab 3	ACC	f
8.	19 November 2025	Konsultasi Bab 3	ACC	f
9.	10 Desember 2025	-Lengkapi Lampiran -Kisi-Kisi Soal -Surat Persetujuan	Revisi	f
10.	11 Desember 2025	-Daftar Pustaka -Tambah Sumber Kuesioner	Revisi	f
11.	12 Desember 2025	Konsultasi Proposal Tugas Akhir	ACC	f
12.	5 Februari 2026	Konsultasi Bab 4 (Tambahkan Sesuai Indikator, Dan Dikaitkan Sesuai Data Umum dan Data Khusus, Minimal 3 Refrensi) Pembahasan , Bab 5	Revisi	f

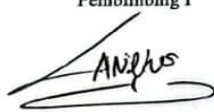
		(Kesimpulan Diefektifkan)		
13.	6 februari 2026	Konsultasi Pembahasan Sesuai Indikator, Kesimpulan Di Sesuaikan Dengan Tujuan, Penulisan Daftar Pustaka Dirapikan Rata Kanan Kiri	Revisi	f
14.	6 februari 2026	Kesimpulan Di Sesuaikan Dengan Tujuan, Penulisan Daftar Pustaka Dirapikan Rata Kanan Kiri	ACC	f

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Pembimbing I


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502022025212061


Cantika Iva Nugrahani, SST., M.Keb.
NIP. 199303222022032010

Lampiran 14 Lembar konsultasi pembimbing 2

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING 2

Nama : Roisah Diniyah
 NRP : 33412301066
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Pembimbing II : Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.Kes
 Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang
 Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa
 Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

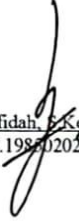
No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	30 September 2025	Konsultasi Judul	Revisi	
2.	21 September 2025	Kosultasi Bab 1	Revisi	
3.	12 November 2025	Kosultasi Bab 2	Revisi	
4.	19 November 2025	Konsultasi Bab 3	Revisi	
5.	12 Desember 2025	Konsultasi Proposal Tugas Akhir	ACC	
6.	5 Februari 2026	Tulisan Proposal Dihilangkan, Konsep Isi Piringku Di Perbanyak Lagi, Bab 4 (Swasta Dan Pedagang Yang Di Data Umum Di Satukan Jadi Satu) Bab 5 (Kesimpulan Di Masukkan Kategori Baik) Lembar Keterangan Surat Melakukan Penelitian	Revisi	
7.	6 Februari 2026	Data Umum Dan Data Khusus Di Samakan Sama Interpretating	Revisi	

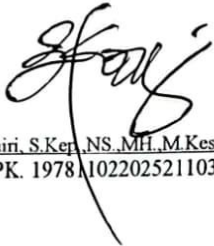
8.	6 Februari 2026	Data Umum Dan Data Khusus Di Samakan Sama Interpretating	ACC	
----	--------------------	---	-----	---

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Pembimbing 2


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPPK.198702022025212061


Kuzzairi, S.Kep., Ns., MH., M.Kes.
 NIPPPK. 19781022025211033

Lampiran 15 Lembar konsultasi penguji 1

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR PENGUJI I

Nama : Roisah Diniyah
 NRP : 33412301066
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji I : Hilmah Noviandry R., S.Kep., Ns., M.Kes
 Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang
 Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa
 Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	23 Desember 2025	Konsultasi kata pengantar, latar belakang yang bagian kronologi dan solusi, tujuan penelitian, kerangka penelitian bagian teknik sampling, definisi operasional, etika penelitian, kuesioner, kisi-kisi kuesioner	Revisi Seminar Proposal	
2.	23 Desember 2025	Konsultasi kata pengantar, latar belakang yang bagian kronologi dan solusi, tujuan penelitian, kerangka penelitian bagian teknik sampling, definisi operasional, etika penelitian, kuesioner, kisi-kisi kuesioner	ACC Seminar Proposal	
3.	18 Februari 2026	Konsultasi penambahan pengambilan data di posyandu, keterbatasan, tambahkan data geografi, bab 4 pembahasan, bab 5 kesimpulan, wajah responden di blur	Revisi	
4.	18 Februari 2026	Konsultasi penambahan pengambilan data	Acc	

		penelitian di posyandu, keterbatasan, tambahkan data geografi, bab 4 pembahasan, bab 5 kesimpulan, wajah responden di blur		
--	--	---	--	---

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Penguji I


Lailatul Hafidat, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPPK.198702022025212061


Hilmah Noviandry R., S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPK . 198411112025212045

Lampiran 16 Lembar konsultasi penguji 2

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR PENGUJI 2

Nama : Roisah Diniyah
 NRP : 33412301066
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji II : Honesty Pujiyani, M. Tr. Keb
 Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang
 Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa
 Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	23 Desember 2025	Tambahkan komposisi balita sesuai isi piringku, etika penelitian (sumber), kuesioner sesuai balita	Revisi Seminar Proposal	
2.	23 Desember 2025	Tambahkan komposisi balita sesuai isi piringku, etika penelitian (sumber), kuesioner sesuai balita	ACC Seminar Proposal	
3.	19 Februari 2026	Latar belakang tahun 5 tahun terakhir, dibagian hasil penelitian jelaskan bagian data yang tinggi dan rendah, bagian pembahasan teori saling berhubungan dan opini lebih dari satu paragraf, tambah keterbatasan di bab 3 jika memang ada kendala dilapangan, kesimpulan tidak disertakan hasil, dan saran menyesuaikan bab 1	Revisi	
4.	19 Februari 2026	Latar belakang tahun 5 tahun terakhir, dibagian hasil penelitian jelaskan bagian data	ACC	

		yang tinggi dan rendah, bagian pembahasan teori saling berhubungan dan opini lebih dari satu paragraf, tambah keterbatasan di bab 3 jika memang ada kendala dilapangan, kesimpulan tidak disertakan hasil, dan saran menyesuaikan bab 1		
--	--	---	--	--

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Penguji 2


Lailatul Hatijah, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPPK.199302022025212061


Honesty Pujiyanti, M. Tr. Keb
 NIP. 199405102022032016

Lampiran 17 Lembar konsultasi penguji 3

Lampiran 17 Lembar konsultasi penguji 3

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR PENGUJI 3

Nama : Roisah Diniyah
NRP : 33412301066
Program Studi : D3 Keperawatan
Penguji III : Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes
Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang
Isi Piringku Di Posyandu Hiu Desa
Dharma Tanjung Kabupaten Sampang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	24 Desember 2025	Konsultasi data stunting di dharma tanjung, kuesioner harus sama antar indikator	Revisi Seminar Proposal	
2.	24 Desember 2025	Konsultasi data stunting di dharma tanjung, kuesioner harus sama antar indikator	ACC Seminar Proposal	
3.	18 Februari 2026	Konsultasi keterbatasan penelitian di sesuaikan dengan waktu penelitian	Revisi	
4.	18 Februari 2026	Konsultasi keterbatasan penelitian di sesuaikan dengan waktu penelitian	ACC	

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Penguji 3


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502072025212061


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502072025212061

ROISAH DINIYAH FIX.docx

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

12%

INTERNET SOURCES

4%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet Source	1%
2	Submitted to Politeknik Negeri Madura Student Paper	1%
3	repository.unair.ac.id Internet Source	1%
4	Submitted to Universitas Pamulang Student Paper	1%
5	j-innovative.org Internet Source	<1%
6	Submitted to Badan PPSPM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1%
7	Ira Titisari, Finta Isti Kundarti, Mira Susanti. "Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun Di Desa Kedawung Wilayah Kerja Puskesmas Ngadi", Jurnal Ilmu Kesehatan, 2017 Publication	<1%
8	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	<1%

BIODATA PENULIS



Roisah Diniyah adalah nama penulis karya tulis ilmiah ini. Lahir pada tanggal 1 Juli 2004 di Pamekasan, Jawa Timur. Penulis merupakan putri kedua dari pasangan Bapak Syafiudin dan Ibu Munipah. Penulis memiliki dua saudara bernama Laela Fitria dan Akbar Nur Dava Caesar. Penulis pertama kali menempuh pendidikan di TK Ash-Shibyan Bandaran pada tahun 2011. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SDN Bandaran 1 dan selesai pada tahun 2017. Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di SMPS Al-Ittihad Al-Islami Camplong dan selesai pada tahun 2020. Setelah itu penulis melanjutkan pendidikan di MAS Al-Ittihad Al-Islami Camplong dan lulus pada tahun 2023. Pada tahun 2023, penulis terdaftar sebagai mahasiswa di Politeknik Negeri Madura, Jurusan Kesehatan Program Studi D3 Keperawatan. Dengan ketekunan dan motivasi yang tinggi untuk terus belajar dan berusaha, penulis telah menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga dengan penulisan karya tulis ilmiah ini mampu memberikan kontribusi positif dalam bidang kesehatan masyarakat. Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya atas terselesaikannya karya tulis ilmiah yang berjudul **“Gambaran Pengetahuan Ibu Balita tentang Isi Piringku di Posyandu Hiu Desa Dharma Tanjung Kabupaten Sampang”**.