

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH EDUKASI GIZI BERDASARKAN  
PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG TERHADAP  
PENGENDALIAN BERAT BADAN IBU POST PARTUM**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Kedokteran  
pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**  
**NOVIHANI HIDAYATI**  
**20130310132**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN KTI

# PENGARUH EDUKASI GIZI BERDASARKAN PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGENDALIAN BERAT BADAN IBU POST PARTUM

Disusun oleh :

**NOVIHANI HIDAYATI**

**20130310132**

**Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 15 Februari 2017**

Dosen Pembimbing,

Dosen Penguji,

dr. Denny Anggoro Prakoso, M.Sc.

Dr. dr. H. Kusbaryanto, M.Kes.

NIP : 19810621 200710 173076

NIP : 19650807 199701 173022

Mengetahui,

Kaprodi Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

dr. Alfaina Wahyuni, Sp. OG, M.Kes.

NIP : 19711028 199709 173027

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Novihani Hidayati

NIM : 20130310132

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 15 Februari 2017

Yang membuat pernyataan,

Novihani Hidayati

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji serta syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan hidayah dan anugerahnya sehingga karya tulis ilmiah ini terselesaikan tepat pada waktunya. Shalawat serta salam tidak lupa dicurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta pada keluarga, sahabat serta pengikutnya hingga akhir zaman.

Karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang terhadap Pengendalian Berat Badan Ibu Post partum” disusun sebagai rancangan untuk melanjutkan penelitian sebagai syarat untuk memperoleh derajat sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Pada kesempatan ini, ijinkan penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah berperan serta dalam membantu penyelesaian proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Ucapkan terimakasih kepada :

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes. selaku Dekan fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. dr. Alfaina Wahyuni, Sp.OG., M.Kes., selaku Kepala Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. dr. Denny Anggoro Prakoso., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis selama menyelesaikan proposal penelitian.
4. Orang Tuaku tercinta Bapak M. Burhan Hidayat, SE. dan ibu Rini Sukmawati serta adik-adik tersayang M. Rizki Ramadhan,

M. Brran Hartawan dan Hani Ramadhani Hidayati yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa mendoakan.

5. Muhammad Shiddiq Dwisurya yang selalu memberikan semangat, dukungan, bantuan dan motivasi dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan yang telah membantu dalam kelancaran penyelesaian proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari, bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna. Masih banyak kekurangan baik dalam segi isi maupun penulisannya, untuk itu penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diperlukan oleh penulis, agar kemudian hari penulis dapat mempersembahkan suatu hasil yang memenuhi syarat dan menjadi lebih baik.

Akhir kata, penulis mengharapkan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menambah khasanah ilmu pengetahuan terutama dalam ilmu kedokteran. Trimakasih.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Yogyakarta, 15 Februari 2017

Penulis,

Novihani Hidayati

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
<i>ABSTARCT</i> .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	10
A. TINJAUAN PUSTAKA .....	10
1. Obesitas .....	10
a. Faktor-Faktor Terjadinya Obesitas .....	10
b. Resiko Obesitas.....	11
2. Perubahan Berat Badan Post Partum .....	15
3. Gizi Seimbang .....	17
a. Pengertian .....	17
b. Gizi Seimbang Untuk Ibu Menyusui .....	20
c. Penilaian Status Gizi .....	23
4. Edukasi.....	25
a. Edukasi Gizi.....	25
B. KERANGKA TEORI .....	27
C. KERANGKA KONSEP .....	27
D. HIPOTESIS .....	28
BAB III METODE PENELITIAN .....	29
A. DESAIN PENELITIAN .....	29

B. POPULASI DAN SAMPEL .....	30
C. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN .....	31
D. VARIABEL PENELITIAN .....	32
E. DEFINISI OPERASIONAL .....	32
F. INSTRUMEN PENELITIAN .....	32
G. JALANNYA PENELITIAN .....	33
H. CARA PENGUMPULAN DATA .....	33
I. VALIDITAS DAN RELIABILITAS .....	35
J. ANALISIS DATA .....	35
K. ETIKA PENELITIAN .....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. HASIL PENELITIAN .....	37
1. Karakteristik Responden.....	37
2. Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Terhadap Pengendalian Berat Badan Ibu Post Partum.....	40
B. PEMBAHASAN .....	42
C. KESULITAN PENELITIAN .....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	45
A. KESIMPULAN.....	45
B. SARAN.....	45
DAFTAR PUSTAKA .....	47

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	7
Tabel 2.1 Body Mass Index (Indeks Massa Tubuh) .....	24
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Puskesmas Kasihan 2 Bantul pada tahun 2016.....	39
Tabel 4.2 Gambaran perubahan bb sebelum dan setelah pemberian edukasi kepada kelompok kontrol dan intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 2 Bantul .....	40
Tabel 4.3 Hasil Uji Beda Selisih Berat Badan Ibu Post Partum Pretest dan Posttest antara Kelompok Kontrol dan Perlakuan .....	41



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Empat Pilar Gizi Seimbang .....	18
Gambar 2 Kerangka Teori .....	27
Gambar 3 Kerangka Konsep.....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Leaflet Penelitian.....	52
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i> .....	53
Lampiran 3. Analisis Data SPSS.....	54
Lampiran 4. Kelayakan Etika Penelitian.....	62