SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA

(Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi)

Oleh :

SRI WAHYUNINGSIH
NIM : 202202140

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA (Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi)

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

SRI WAHYUNINGSIH
NIM : 202202140

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal Skripsi oleh :
Nama : Sri Wahyuningsih
NIM : 202202140
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA (Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi)

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Proposal Skripsi pada tanggal 08 November 2025

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
(Bayu Purnama Atmaja., S.Kep., Ns., M.Kep)	(Avicena Sakufa Marsanti, SKM., M.Kes)
NUPTK. 2950767668130270	NUPTK. 7849769670230322

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

(Mega Aranti Putri., S.Kep., Ns., M.Kep)
NUPTK. 9939767608237030

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh :
Nama : Sri Wahyuningsih
NIM 202202140
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA (Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah *memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar* Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 12 Februari 2026

Ketua : Asrina Pitayanti, S.Kep., Ns., M.Kes :.....
NUPTK. 5243759660231063

Penguji I : Bayu Purnama Atmaja, S.Kep., Ns., M.Kep :.....
NUPTK. 2950767668130272

Penguji II : Avicena Sakufa Marsanti, SKM., M.Kes :.....
NUPTK. 784976960230322

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Dr. Retno Widarini, S.K.M., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Wahyuningsih

NIM : 202202140

Program Studi : Keperawatan

Judul : PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA (Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi)

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum atau tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 12 Februasi 2026



Sri Wahyuningsih
NIM. 202202140

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama	: Sri Wahyuningsih
Tempat dan Tanggal Lahir	: Ngawi, 11 Juni 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Dsn. Ngepeh Ds. Bendo RT/RW 04/02 Kec. Padas Kab. Ngawi
Email	: sriwahyuningsiih89@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:
1. Tahun 2007-2008	: TK Dharma Wanita
2. Tahun 2008-2014	: SD Negeri Bendo 2
3. Tahun 2014-2017	: SMP Negeri 1 Pangkur
4. Tahun 2017-2020	: SMK Negeri 1 Ngawi
5. Tahun 2022- sekarang	: Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun

MOTTO

Selesaikan apa yang sudah kamu mulai, lewati saja badainya jangan ganti tujuannya

~Sriwahyuni~

Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat, terlambat bukan alasan untuk menyerah, setiap orang memiliki preses yang berbeda, percayalah akan ada pelangi setelah perjuangan panjang usai

~Sriwahyuni~

setiap orang berhak untuk meraih mimpinya tanpa memandang status dari keluarga mana dia dilahirkan

~Sriwahyuni~

Tidak peduli berapa kali orang mencoba untuk mengkritikku, balas dendam terbaik adalah dengan membuktikan bahwa kita mampu. Tutup matamu dan nikmati Roller Coaster

~Sriwahyuni~

Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanku tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanku

(Umar Bin Khattab)

Perang telah usai, aku bisa pulang

Ku baringkan panah dan berteriak MENANG!!!

(Nadin Amizah)

DAFTAR ISI

Sampul Luar 1
Sampul Dalam 2
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PEENGESAHAN iv
HALAMAN PERNYATAAN v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP vi
MOTTO vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH xiii
KATA PENGANTAR xv
BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.3.1 Tujuan Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 7
2.1 Konsep Gizi Balita 7
2.1.1 Pengertian Status Gizi 7
2.1.2 Status Gizi Balita 8
2.1.3 Klasifikasi Status Gizi 9
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Balita 10
2.1.5 Kebutuhan Gizi Masa Balita 13
2.1.6 Penilaian Status Gizi 16
2.2 Konsep Protein Hewani ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Pengertian Protein Hewani ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Peran Protein Hewani Dalam Pertumbuhan Balita 21
2.2.3 Sumber Protein Hewani 22
2.3 Telur Sebagai Protein Hewani 23
2.3.1 Kandungan Gizi Telur 23
2.3.2 Manfaat Telur Rebus Bagi Balita 23
2.3.3 Batas Konsumsi Telur Ayam 23

2.3.4 Cara Memilih Telur Ayam 26
2.3.5 Perebusan Telur 28
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS 29
3.1 Kerangka Konseptual 29
3.2 Hipotesis 30
BAB 4 METODE PENELITIAN 31
4.1 Desain Penelitian 31
4.2 Populasi dan Sampel 31
4.2.1 Populasi 31
4.2.2 Sampel 32
4.2.3 Teknik Sampling 34
4.3 Kerangka Kerja Penelitian 35
4.4 Identifikasi Variabel 36
4.4.1 Variabel Independent 36
4.4.2 Variabel Dependent 36
4.5 Definisi Operasional 36
4.6 Instrumen Penelitian 37
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian 37
4.7.1 Waktu 37
4.7.1 Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data 37
4.9 Pengolahan Data 39
4.10 Teknik Analisa Dat 40
4.11 Etika Penelitian 41
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 43
5.1 Hasil Penelitian 43
5.1.1 Gambaran Umum penelitian 43
5.1.2 Data Umum 44
5.1.3 Data Khusus 45
5.2 Pembahasan 48
5.2.1 Status Gizi Balita (BB/U) Sebelum Dilakukan Pemberian Telur Rebus 48
5.2.2 Status Gizi Balita (BB/U) Sesudah Dilakukan Pemberian Telur Rebus 49
5.2.3 Analisis Pengaruh Pemberian Asupan Protein Hewani (Telur Rebus) Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi 51
BAB 6 PENUTUP 54
6.1 Kesimpulan 54
6.2 Saran 54
DAFTAR PUSTAKA 56
LAMPIRAN-LAMPIRAN 58

DAFTAR TABEL

Tabel 4.5 Tabel Definisi Operasional 36

Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Responden Berdasarkan Usia 44
Tabel 5.2 Tabel Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin 44
Table 5.3 Tabel Status Gizi Balita (BB/U) Sebelum diberikan Telur Rebus .. 45
Tabel 5.4 Tabel Status Gizi Balita (BB/U) Sesudah Diberikan Telur Rebus .. 45
Table 5.5 Tabel Distribusi Kepatuhan Konsumsi Telur Rebus 46
Tabel 5.6 Tabel Uji Normalitas 47
Tabel 5.7 Tabel Uji Pengaruh Pemberian Telur Rebus Sebelum dan Sesudah Intervensi 47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep 29
Gambar 4.1 Desain Penelitian..... 31
Gambar 4.3 Kerangka Kerja 35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal BAKESBANGPOL 59
Lampiran 2 Surat Izin Pengambilan Data Awal DINKES Kab. Ngawi 60
Lampiran 3 Surat Izin Pengambilan Data Awal Puskesmas Padas 61
Lampiran 4 Surat Balasan dari BAKESBANGPOL..... 62
Lampiran 5 Surat Balasan dari DINKES 63
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian 64
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian Puskesmas Padas 65
Lampiran 9 Surat Keterangan Selesai Penelitian..... 66
Lampiran 10 Lembar *Inform Consent*..... *67*
Lampiran 11 Lembar Permohonan Menjadi Responden 68
Lampiran 12 SOP (PENGUKURAN BERAT BADAN BALITA) 69
Lampiran 13 SOP (PENGOLAHAN TELUR)..... 70
Lampiran 14 Lembar Observasi Responden 71
Lampiran 15 Lembar Observasi Pemberian Telur Rebus..... 72
Lampiran 16 Hasil Pengukuran Berat Badan..... 73
Lampiran 17 hasil SPSS..... 75
Lampiran 18 dokumentasi..... 77

Lampiran 19 Kartu Bimbingan Skripsi..... 79

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

Balita	: Bawah Lima Tahun
WHO	: *World Health Organization*
BB/U	: Berat Badan Menurut Umur
KMS	: Kartu Menuju Sehat
KEP	: Kekurangan Energi dan Protein
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BDD	: Berat Dapat Dimakan
IMT/U	: Indeks Masa Tubuh menurut Umur
PB/U	: Panjang Tinggi Badan menurut Umur

DAFTAR ISTILAH

nutrient input	: Asupan zat gizi yang masuk ke tubuh
nutrient output	: Zat gizi yang dikeluarkan tubuh
malnutrisi	: Gangguan gizi karena kekurangan atau kelebihan zat gizi
z-score	: Nilai standar untuk menilai status gizi menurut WHO
Growth	: Pertumbuhan fisik anak
Monkey face	: Wajah tampak cekung akibat malnutrisi berat.
Triple burden malnutrition	: Tiga beban gizi: kurang, lebih, dan kekurangan mikronutrien
Stunting	: Anak pendek menurut usia (gizi kurang kronis)
Wasting	: Anak kurus menurut tinggi badan (gizi kurang akut)
Underweight	: Berat badan kurang menurut usia
Overweight	: Berat badan berlebih menurut usia/tinggi
Well nourished	: Status gizi baik.
Severe malnutrition	: Gizi buruk tingkat berat
Faddisme	: Mengikuti diet yang sedang tren tanpa dasar ilmiah
Relative	: Bersifat perbandingan.
Reliable	: Dapat dipercaya atau konsisten

Stumted	: Kondisi anak pendek akibat stunting
Wasted	: Kondisi anak kurus
Severely Wasted	: Kurus tingkat berat
Possible rask of overweight	: Berisiko menjadi overweight
Obesitas	: Kelebihan lemak tubuh berlebih
Dietary method	: Metode penilaian konsumsi makanan
Recall 24 hours	: Penilaian makanan yang dikonsumsi dalam 24 jam terakhir
Estimated food record	: Catatan konsumsi makanan dengan perkiraan porsi
Dietary history	: Riwayat pola makan jangka panjang
Quasi eksperiment	: Eksperimen tanpa randomisasi penuh
Non equivalent Control group design	: Quasi eksperimen dengan kelompok kontrol tidak acak.
Informed consent	: Persetujuan setelah mendapat penjelasan.
Total sampling	: Seluruh populasi digunakan sebagai sampel.
Non-probability sampling	: Sampel tidak dipilih secara acak
Independent	: Variabel bebas/penyebab
Dependent	: Variabel terikat/akibat
Anonymity	: Tanpa identitas responden
Confidentiality	: Kerahasiaan data responden dijaga
Antropometri	: Pengukuran tubuh manusia
Severely underweight	: Berat badan sangat kurang (BB/U < -3 SD)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **"**PENGARUH PEMBERIAN PROTEIN HEWANI (TELUR REBUS) TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA (Study Kasus Desa Banjaransari dan Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi)" sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.

Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada panutan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah kita nantikan syafaatnya nanti di yaumul qiyamah. Aamiin

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan kemudahan yang diberikan.
2. Kepala Puskesmas Padas, Kepala Desa Banjaransari dan Kepala Desa Tambakromo Kecamatan Padas Kabuapaten Ngawi yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian.
3. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
5. Bapak Bayu Purnama Atmaja., S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing 1 di STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau untuk membimbing, memberi masukan dan juga arahan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Avicena Sakufa Marsanti, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah dengan sabar memberikan masukan yang membangun dan arahan yang begitu teliti dan detail selama penyusunan skripsi ini.

7. Kedua Orang tua dan keluarga tercinta, atas segala doa yang dipanjatkan, dukungan finansial dan emosional, serta semangat yang tiada henti. Semoga keberhasilan ini nantinya bisa menjadi kebanggaan dan balasan kecil yang mungkin berarti atas semua kasih sayang yang telah diberi.
8. Teman-teman terdekat dan rekan seperjuangan, yang telah memberikan semangat dan kerja sama dalam proses penyusunan skripsi ini.

Saya menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan apabila ada kritik dan saran dari semua pihak saya akan dengan senang hati menerimanya.

Akhir kata, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kekuatan, kesehatan, kelancaran serta petunjuk bagi kita semua dalam setiap langkah menjalani kebaikan dan kesuksesan, Aamiin ya rabbal alamin.

Madiun, 05 Februari 2026
Peneliti



Sri Wahyuningsih
NIM. 202202140