

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.

Lembar Persetujuan Responden

Informed Consent

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan bersedia secara sukarela dan tanpa paksaan apapun untuk menjadi responden dalam penelitian di bidang gizi yang dilakukan oleh Rintis Dwi Hariani, Mahasiswa Jurusan gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang dilaksanakan di Desa Sumber Ngepoh, Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang

“Pengaruh Penyuluhan Dengan Buku Saku Tentang Pola Asuh Makan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita Stunting di Desa Sumber Ngepoh, Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang”

Nama :

Umur :

Alamat dan no. telp :

Dengan ini surat pernyataan ini dibuat, untuk digunakan dengan semestinya.

Malang, November 2017

Peneliti

Responden

(Rintis Dwi Hariani)

(.....)

Lampiran 2.

Surat Rekomendasi Persetujuan Etik



**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

**REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK
ETHICAL APPROVAL RECOMMENDATION
Reg.No.: 658/KEPK-POLKESMA/2017**

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kemenkes Malang telah menyelenggarakan Pertemuan pada tanggal 25 Oktober 2017 untuk membahas protokol penelitian

The Ethic Committee of Polytechnic of Health The Ministry of Health in Malang has convened a meeting on October 25th 2017 to discuss the research protocol

Judul <i>Entitled</i>	PENGARUH PENYULUHAN DENGAN BUKU SAKU TENTANG POLA ASUH MAKAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA STUNTING DI DESA SUMBER NGEPOH, KECAMATAN LAWANG, KABUPATEN MALANG. <i>Influence Of Counseling With Pocket Book About Feeding Pattern To Increase Knowledge And Attitude Mother Of Stunting Children In Sumber Ngepoh Village, Lawang Sub District, And Malang Regency</i>
Peneliti <i>Researcher</i>	Rintis Dwi Hariani

Dan menyimpulkan bahwa protokol tersebut telah memenuhi semua persyaratan etik
And concluded that the protocol has fulfilled all ethical requirements

Malang, 27 Oktober 2017

Dr. ANNASARI MUSTAFA..MSc.
Head of Committee

Lampiran 3.

Surat Ijin Pelaksanaan Penelitian Bakesbangpol Kabupaten Malang



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260
MALANG - 65119

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/ 346 I /35.07.205/2017

Untuk melakukan Survey/Research/Penelitian/KKN/PKL/Magang

Menunjuk : Surat dari Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Nomor:DP.02.01/06/029531/2017 Tanggal:24 Oktober 2017 Perihal:Ijin
Penelitian

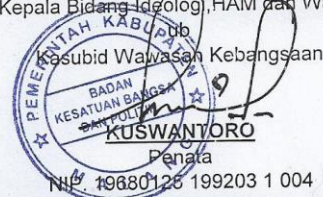
Dengan ini Kami **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Ijin Penelitian oleh:

Nama / Instansi : Rintis Dwi Hariani
Alamat : Jl Besar Ijen No.77 C Malang
Thema/Judul/Survey/Research : Pengaruh Penyuluhan Dengan Buku Saku Tentang
Pola Asuh Makan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan
Sikap Ibu Balita Stunting Di Desa Sumber Ngepoh
Kec.Lawang Kab.Malang
Daerah/tempat kegiatan : Di Desa Sumber Ngepoh Kec.Lawang Kab.Malang
Lamanya : 1 November - 29 Desember 2017
Pengikut : -

Dengan Ketentuan :

1. Mentaati Ketentuan - Ketentuan / Peraturan yang berlaku
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada Pejabat Setempat
2. Setelah selesai mengadakan kegiatan harap segera melapor kembali ke Bupati
Malang Cq. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang
3. Surat Keterangan ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas

Malang, 25 Oktober 2017
An. **KEPALA BADAN KESBANG DAN POLITIK**
Kepala Bidang Ideologi, HAM dan Wasbang



Tembusan :
Yth.

1. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kab.Malang
3. Camat Lawang Kab.Malang
4. Kepala Puskesmas Lawang Kab.Malang
5. Kepala Desa Sumber Ngepoh Kec.Lawang Kab.Malang
6. Mhs/Ybs
7. Arsip

Lampiran 4.

Kuesioner Data Umum Responden

1) Identitas Responden

Kode responden :

Nama :

Umur :

Alamat :

Pekerjaan Orang Tua :

Pendidikan Terakhir :

2) Data Anak

Nama :

Umur :

Tanggal lahir :

Jenis kelamin :

Berat badan :

Tinggi badan :

Lampiran 5.

Kuesioner Pengetahuan Pola Asuh Makan

KUESIONER PENELITIAN

Pengaruh Penyuluhan Dengan Buku Saku Tentang Pola Asuh Makan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Stunting Di Desa Sumber Ngepoh, Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang

Petunjuk Pengisian Kuesioner :

1. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat dan teliti
2. Berilah tanda (x) berdasarkan pilihan jawaban pada pertanyaan dibawah ini
3. Kesungguhan ibu dalam mengisi form ini sangat diharapkan untuk keberhasilan penelitian ini
4. Hal-hal yang belum jelas dapat ditanyakan pada peneliti atau enumerator
5. Selamat mengisi

Soal :

1. Apa pengertian ASI eksklusif?
 - a. Pemberian ASI ditambah susu formula sampai usia 6 bulan
 - b. Pemberian ASI saja tanpa tambahan cairan lain atau makanan padat sampai usia 6 bulan**
 - c. Pemberian ASI ditambah susu formula dan makanan padat sampai usia 2 tahun
 - d. Pemberian ASI ditambah susu formula sampai usia 2 tahun
 - e. Pemberian ASI ditambah makanan padat sampai usia 2 tahun
2. ASI diberikan kepada anak sampai usia berapa ?
 - a. Kurang dari 1 tahun
 - b. Usia 6 bulan**
 - c. Usia 2 tahun
 - d. Usia 1 tahun

- e. Usia lebih dari 2 tahun
3. Seberapa sering ASI diberikan kepada anak ?
- a. ASI diberikan sesuai keinginan bayi
 - b. ASI diberikan sesuai yang telah dijadwal oleh ibu**
 - c. ASI diberikan hanya saat anak menangis saja
 - d. ASI diberikan saat ibu tidak sibuk
 - e. ASI tidak diberikan
4. Pemberian makanan pendamping ASI sebaiknya dimulai ketika anak usia berapa ?
- a. 1-3 bulan
 - b. Lebih dari 6 bulan**
 - c. 3-6 bulan
 - d. Lebih dari 2 tahun
 - e. 2 tahun
5. Berapa porsi makanan pendamping ASI untuk anak usia 6 bulan ?
- a. 1x3 sendok makan peres
 - b. 1x4 sendok makan peres
 - c. 2x3 sendok makan peres
 - d. 2x6 sendok makan peres**
 - e. 2x8 sendok makan peres
6. Berapa porsi makanan pendamping ASI untuk anak usia 10 bulan ?
- a. 8 sendok makan peres
 - b. 9 sendok makan peres

c. **10 sendok makan peres**

d. 11 sendok makan peres

e. 12 sendok makan peres

7. Bubur susu, pisang pepaya lumat halus, air jeruk dan air tomat saring diberikan kepada anak usia berapa ?

a. 1-3 bulan

b. 4-6 bulan

c. **6-8 bulan**

d. 9-10 bulan

e. 11-24 bulan

8. Makanan yang lebih padat dan kasar kepada anak seperti bubur, nasi tim, nasi lembik diberikan kepada anak usia berapa ?

a. 1-3 bulan

b. 4-6 bulan

c. 6-8 bulan

d. **9-11 bulan**

e. 11-24 bulan

9. Makanan keluarga diberikan kepada anak usia berapa ?

a. 1-3 bulan

b. 4-6 bulan

c. 6-8 bulan

d. 9-11 bulan

e. **12-24 bulan**

10. Makanan selingan apa yang diberikan kepada anak pada usia 9-11 bulan ?

- a. **Buah dan biskuit**
- b. Buah dan kacang
- c. Biskuit dan cilok
- d. Chiki dan buah
- e. Buah, biskuit, kacang

11. Berapa porsi makanan keluarga yang diberikan kepada anak usia 12-24 bulan?

- a. 1 porsi dewasa
- b. $\frac{1}{2}$ porsi dewasa
- c. **$\frac{1}{3}$ porsi dewasa**
- d. $\frac{1}{4}$ porsi dewasa
- e. Seadanya

12. Bagaimana variasi makanan yang tepat untuk anak usia 12-24 bulan ?

- a. **Nasi, lauk, sayur, dan buah**
- b. Nasi, lauk, dan sayur
- c. Nasi, sayur, dan buah
- d. Nasi, lauk, dan buah
- e. Lauk, sayur, dan buah

13. Mengapa anak perlu diberikan makanan pendamping ASI setelah umur 6 bulan?

- a. Karena produksi ASI sedikit / tidak keluar

b. Karena ASI saja tidak cukup untuk mencukupi kebutuhan zat gizi bayi sesuai dengan bertambahnya umur bayi

c. Agar anak tidak menangis dan rewel

d. Agar anak cepat besar

e. Agar anak tidak lapar

14. Akibat dari pemberian makanan pendamping ASI terlalu dini yaitu....

a. Anak cepat besar

b. Anak tidak menangis dan rewel

c. Anak dapat mengalami diare dan alergi

d. Pertumbuhan anak akan lebih cepat

e. Anak tidak mengalami kekurangan gizi

15. Berapa kali waktu ideal pemberian makan kepada anak ?

a. 1 kali

b. 2 kali

c. 3 kali

d. 4 kali

e. 5 kali

Terimakasih atas kesediaan Ibu dalam Berpartisipasi dalam penelitian ini

Semua informasi terkait data diri akan dirahasiakan dari khalayak dan hanya akan ditampilkan dalam bentuk hasil penelitian.

Lampiran 6.

Kuesioner Sikap

KUESIONER PENELITIAN

Pengaruh Penyuluhan Dengan Buku Saku Tentang Pola Asuh Makan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Stunting Di Desa Sumber Ngepoh, Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang.

PETUNJUK:

Di bawah ini terdapat pernyataan yang berkaitan dengan pandangan responden terhadap pola asuh makan. Berikan pendapat responden pada kolom yang tersedia dengan memberikan tanda checklist (√).

SS : Bila respondensangat setuju dengan pernyataan tersebut.

S : Bila respondensetuju dengan pernyataan tersebut

R : Bila responden ragu-ragu dengan pernyataan tersebut.

TS : Bila responden tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

STS : Bila responden sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	ASI merupakan makanan yang terbaik untuk anak.				
2.	ASI eksklusif diberikan pada anak hingga usia 6 bulan.				
3.	ASI diberikan kepada anak saat anak menangis.				
4.	Makanan pendamping ASI diberikan kepada anak yang berusia dibawah 6 bulan.				
5.	Porsi makanan pendamping ASI anak usia 6 bulan 2x6 sendok makan peres.				
6.	Porsi makanan pendamping ASI anak				

	usia 10 bulan adalah 10 sendok makan peres.				
7.	Anak usia 6-8 bulan diberikan makanan pendamping ASI seperti bubur, nasi tim, atau nasi lembik.				
8.	Anak usia 9-11 bulan diberikan makanan pendamping ASI berupa makanan yang lebih padat dan kasar.				
9.	Anak usia 12-24 bulan diberikan makanan pendamping ASI seperti makanan keluarga, bertahap sesuai kemampuan anak.				
10.	Nasi, lauk, sayur, dan buah merupakan variasi makanan yang tepat untuk anak usia 12-24 bulan.				
11.	Anak usia 12-24 bulan diberikan makanan ½ porsi dewasa.				
12.	Buah dan biskuit bukan merupakan makanan selingan yang baik bagi anak usia 9-11 bulan.				
13.	Makanan pendamping ASI diberikan kepada anak usia lebih dari 6 bulan agar anak cepat besar.				
14.	Diare dan alergi merupakan akibat dari pemberian makanan pendamping ASI yang terlalu dini.				
15.	Frekuensi pemberian makan anak adalah 5 kali sehari.				

Terimakasih atas kesediaan Ibu dalam Berpartisipasi dalam penelitian ini

**Semua informasi terkait data diri akan dirahasiakan dari khalayak dan
hanya akan ditampilkan dalam bentuk hasil penelitia**

Lampiran 7. Tabel Tabulasi Skor Pre Test Tingkat Pengetahuan

No	Nama	Pengetahuan Pre Test Responden															Jml	Score (%)	Kategori Tingkat Pengetahuan
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	I	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	53,3	Kurang
2	M	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	5	33,3	Kurang
3	A	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	8	53,3	Kurang
4	N	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	6	40,0	Kurang
5	S	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	6,7	Kurang
6	J	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	8	53,3	Kurang
7	Na	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	5	33,3	Kurang
8	H	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	8	53,3	Kurang
9	R	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	7	46,7	Kurang
10	F	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	6	40,0	Kurang
11	Ai	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	7	46,7	Kurang
12	Ad	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	8	53,3	Kurang
13	Au	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	9	60,0	Kurang
14	Sa	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	8	53,3	Kurang
15	Mu	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	8	53,3	Kurang
Jumlah Skor Benar		13	5	2	9	0	0	9	6	9	5	8	9	10	8	9	Rata-rata = 43,6		
%		86,7	33,3	13,3	60,0	0,0	0,0	60,0	40,0	60,0	33,3	53,3	60,0	66,7	53,3	60,0	Rata-rata = 43,6		

Lampiran 8. Tabel Tabulasi Skor Post Test Tingkat Pengetahuan

No	Nama	Pengetahuan Post Test Responden															Jml	Score (%)	Kategori Tingkat Pengetahuan
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93,3	Baik
2	M	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80,0	Baik
3	A	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86,7	Baik
4	N	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86,7	Baik
5	S	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13	86,7	Baik
6	J	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	14	93,3	Baik
7	Na	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	11	73,3	Cukup
8	H	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93,3	Baik
9	R	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93,3	Baik
10	F	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	12	80,0	Baik
11	Ai	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	13	86,7	Baik
12	Ad	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	14	93,3	Baik
13	Au	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13	86,7	Baik
14	Sa	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80,0	Baik
15	Mu	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	11	73,3	Cukup
Jumlah Skor Benar		15	12	8	12	12	11	14	14	14	13	13	15	15	14	11	Rata-rata = 85,8		
%		100,0	80,0	53,3	80,0	80,0	73,3	93,3	93,3	93,3	86,7	86,7	100,0	100,0	93,3	73,3	Rata-rata = 85,8		

Lampiran 9. Tabel Tabulasi Skor Pre Test Sikap

No	Nama	Pre Test Sikap Responden															Jumlah	Skor	Penilaian Sikap	Kategori Sikap
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	An. I	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	38	63,3%	Setuju	Tidak Mendukung
2	An. M	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	27	45,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
3	An. A	3	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	4	3	2	31	51,7%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
4	An. N	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	3	1	3	2	2	33	55,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
5	An. S	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	32	53,3%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
6	An. J	3	2	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	36	60,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
7	An. Na	2	1	1	1	2	1	1	3	3	2	1	3	2	2	2	27	45,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
8	An. H	3	2	3	3	1	1	2	2	3	1	2	3	3	2	2	33	55,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
9	An. R	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	35	58,3%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
10	An. F	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1		2	2	1	22	36,7%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
11	An. Ai	3	2	1	3	2	3	2	2	2	1	1	3	3	2	2	32	53,3%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
12	An. Ad	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3		2	2	3	36	60,0%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
13	An. Au	2	3	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	31	51,7%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
14	An. Sa	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	2	3	32	53,3%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
15	An. Mu	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	35	58,3%	Tidak Setuju	Tidak Mendukung
Total		41	26	28	29	31	32	28	32	37	29	31	29	38	34	35	480	Rata-rata : 53,3%		
%		68,3	43,3	46,7	48,3	51,7	53,3	46,7	53,3	61,7	48,3	51,7	48,3	63,3	56,7	58,3	480,0	Rata-rata : 53,3%		

Lampiran 10. Tabel Tabulasi Skor Post Test Sikap

No	Nama	Pre Test Sikap Responden															Jumlah	Skor	Penilaian Sikap	Kategori Sikap
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	An. I	4	4	3	2	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	49	81,7	Setuju	Mendukung
2	An. M	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	55	91,7	Sangat Setuju	Mendukung
3	An. A	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	49	81,7	Setuju	Mendukung
4	An. N	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	49	81,7	Setuju	Mendukung
5	An. S	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	55	91,7	Sangat Setuju	Mendukung
6	An. J	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	49	81,7	Setuju	Mendukung
7	An. Na	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	2	1	4	4	3	50	83,3	Setuju	Mendukung
8	An. H	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	51	85,0	Setuju	Mendukung
9	An. R	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	48	80,0	Setuju	Mendukung
10	An. F	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	49	81,7	Setuju	Mendukung
11	An. Ai	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	3	46	76,7	Setuju	Mendukung
12	An.Ad	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	48	80,0	Setuju	Mendukung
13	An. Au	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	45	75,0	Setuju	Mendukung
14	An. Sa	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	2	2	4	3	49	81,7	Setuju	Mendukung
15	An. Mu	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	49	81,7	Setuju	Mendukung
Total		56	51	52	50	51	51	52	47	47	48	47	44	45	50	50	741	Rata-rata : 82,3		
%		93,3	85,0	86,7	83,3	85,0	85,0	86,7	78,3	78,3	80,0	78,3	73,3	75,0	83,3	83,3	741	Rata-rata : 82,3		

Lampiran 11

Hasil Uji SPSS *Pre test* dan *Post test* Tingkat Pengetahuan

T-Test

Notes

Output Created	28-MAY-2018 15:05:35	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	15
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax	T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	45,3200	15	13,36879	3,45181
posttest	85,7733	15	7,06455	1,82406

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	15	,255	,360

Paired Samples Test

	Paired Differences			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Pair 1 pretest - posttest	-40,45333	13,43662	3,46932	-47,89428

Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
	95% Confidence Interval of the Difference			
	Upper			
Pair 1 pretest - posttest	-33,01238	-11,660	14	,000

Lampiran 12.

Hasil Uji SPSS Pre test dan Post test Sikap

T-Test

Notes

Output Created	28-MAY-2018 15:21:33		
Comments			
Input	Active Dataset	DataSet2	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File	15	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.	
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.	
Syntax	T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.		
Resources	Processor Time	00:00:00,00	
	Elapsed Time	00:00:00,00	

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	53,3267	15	6,88689	1,77819

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	pretest - posttest	-24,01430	-12,420	14	,000

		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
Pair 1	pretest - posttest	-29,02667	9,05116	2,33700	-34,03903

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	15	-,231	,407

Buku Saku
POLA ASUH MAKAN
 Untuk Mencegah Masalah Stunting



Oleh:
RINTIS DWI HARIANI
I DEWA NYOMAN SUPARIASA, MPS
SUGENG IWAN, S.TP, M.KES
TAPRIADI, SKM, MPD

PRODI D4 GIZI
 POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES
 MALANG



PENGANTAR

PENGANTAR



Gizi merupakan bagian penting dalam pertumbuhan dan perkembangan karena terdapat keterkaitan dan berhubungan dengan kesehatan dan kecerdasan. Status gizi bayi dan balita merupakan salah satu indikator gizi masyarakat dan bahkan telah dikembangkan menjadi salah satu indikator kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Hal ini karena bayi dan balita merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap berbagai penyakit kekurangan gizi, padahal bayi dan balita merupakan aset terhadap kemajuan bangsa. Harapannya, melalui buku saku ini Ibu dapat secara mandiri melakukan pembelajaran berkelanjutan dalam rangka memberikan edukasi kepada anak guna mendukung tercapainya peningkatan kesehatan anak di Indonesia.

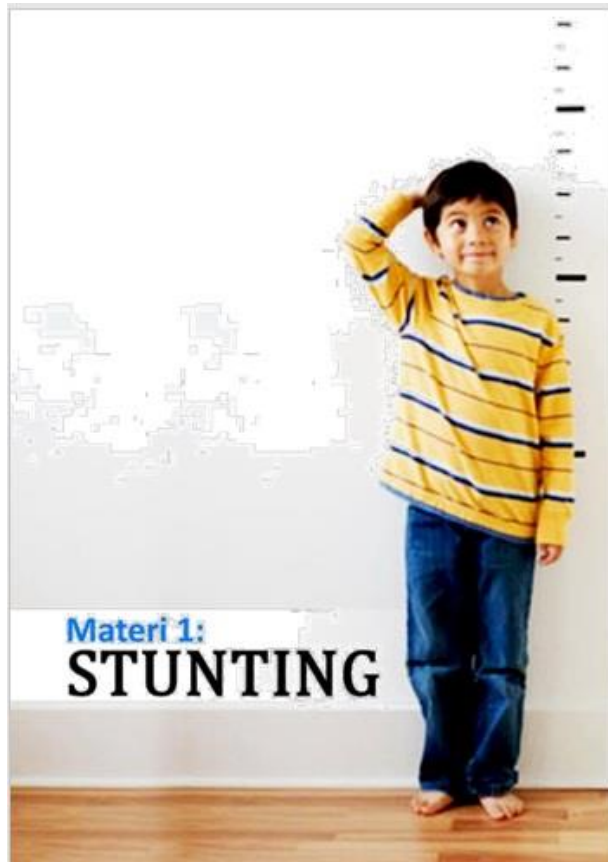
Buku Saku POLA ASUH MAKAN **x**

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
Materi 1: Stunting.....	01
Pengertian Stunting.....	02
Faktor Penyebab.....	02
Bahaya Stunting.....	03
Materi 2: ASI.....	04
Jenis-Jenis ASI.....	06
Materi 3: MP-ASI.....	09
Akibat MP-ASI yang Salah.....	10
Cara Pemberian MP-ASI.....	11
Jenis MP-ASI.....	12
Hal yang Perlu Diperhatikan Ibu.....	18
Materi 4: Waktu Pemberian Makan Ideal.....	19
Resep MP-ASI.....	22
Bubur Wortel.....	23
Bubur Kentang.....	24
Bubur Jagung Manis.....	25
Bubur Bayam.....	26
Bubur Sayur.....	27
Bubur Roti.....	28
Bubur Buah.....	29
Daftar Pustaka.....	xii

Buku Saku POLA ASUH MAKAN **xi**



I. Pengertian Stunting

Stunting (Pendek) merupakan suatu keadaan dimana tinggi badan anak yang terlalu rendah. *Stunting* atau terlalu pendek berdasarkan umur adalah tinggi badan yang berada di bawah minus dua standar deviasi (<-2SD) dari tabel status gizi WHO *child growth standard*.

II. Faktor Penyebab Stunting

Stunting (Pendek) disebabkan oleh beberapa faktor yaitu :

- Asupan makanan
- Berat badan lahir
- Kualitas dan kuantitas makanan
- Sumber daya
- Jumlah dan struktur keluarga
- Pola asuh
- Perawatan kesehatan
- Pelayanan kesehatan



III. Bahaya Stunting



Mudah terkena infeksi seperti diare



Kecacatan



Berkurangnya kecerdasan anak



Beresiko terkena penyakit jantung



Anak beresiko pendek saat dewasa



Materi 2:
ASI (Air Susu Ibu)

Materi 2: ASI

ASI (Air Susu Ibu)

Setelah bayi berumur 6 bulan, ia harus diperkenalkan dengan makanan padat, sedangkan ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun atau bahkan lebih dari 2 tahun.

Adapun beberapa alasan mengapa bayi diberi ASI Eksklusif, yaitu :

1. Pada periode usia bayi 0-6 bulan kebutuhan gizi baik kualitas maupun kuantitas terpenuhi dari ASI saja tanpa harus diberikan makanan atau minuman lainnya.

2. Pemberian makanan lain akan mengganggu produksi ASI dan mengurangi kemampuan bayi untuk menghisap.



3. Zat kekebalan dalam ASI maksimal dan dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi.

Materi 2: ASI



4. Asam lemak essensial dalam ASI bermanfaat untuk pertumbuhan otak sehingga merupakan dasar perkembangan kecerdasan bayi dikemudian hari.

Jenis -Jenis ASI

A. Kolostrum

Kolostrum adalah air susu yang pertama kali keluar. Inilah ASI yang diproduksi oleh payudara ibu sejak hari pertama hingga ketiga atau keempat usai melahirkan. Adapun jumlahnya mencapai 1-10 mililiter setiap kali dikeluarkan, produksinya bahkan bisa mencapai 50-100 mililiter per hari.

Kolostrum berupa cairan kental berwarna kekuningan serta konsentrasinya agak kasar sebab mengandung butiran lemak dan sel-sel epitel. Kolostrum merupakan zat penting yang tak bisa tergantikan, meskipun komposisi dari kolostrum ini selalu berubah dari hari ke hari.

Kolostrum mengandung kadar protein yang tinggi. Protein tersebut berguna sebagai zat antibodi atau kekebalan untuk pertahanan tubuh bayi mencegah, menetralkan atau melawan berbagai jenis penyakit yang disebabkan bakteri, virus, jamur dan parasit.



B. ASI Transisi/Peralihan

ASI transisi atau peralihan merupakan air susu yang keluar atau diproduksi sejak hari keempat hingga hari kesepuluh atau keempat belas usai melahirkan. Pada masa ini, volume ASI makin melimpah, berubah warna serta komposisi karbohidrat, lemak dan laktosa meningkat.

C. ASI Matang/Matur

ASI matang umumnya terjadi pada minggu ketiga hingga minggu kelima. Cairan ASI berwarna putih kekuning-kuningan. Kandungan karbohidrat dan lemak lebih tinggi dan protein lebih rendah dibandingkan kolostrum dan ASI transisi.

Kandungan (per 100 ml)	Kolostrum	ASI Matur
Energi (kkal)	58	70
Protein (gr)	2,3	0,9
Zinc (µg)	540	120

Kandungan ASI Pada Komposisi Kolostrum dan ASI Matur

Hal-Hal yang Harus Ibu Perhatikan

Jadwal menyusui hendaknya disesuaikan dengan aktivitas sehari-hari ibunya, misalnya tiap 3 jam dimulai dari jam 6 pagi. Walaupun demikian jadwal tersebut tidak perlu kaku, jika setelah 2 jam bayi sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Oleh karena itu harus diperhatikan bahwa bayi yang menangis tidak selalu disebabkan oleh rasa lapar, mungkin juga oleh mulas-mulas setelah minum ASI, sedang sakit, dan sebagainya.



MP-ASI

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi dan diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI (Depkes RI, 2006).

A. Akibat MP-ASI yang Salah

1) Akibat pemberian MP-ASI terlalu dini kurang dari 6 bulan :



Diare

Dehidrasi

Obesitas



Sering Sakit

Alergi

Perkembangan dan
Pertumbuhan Anak
Terganggu

2) Akibat pemberian MP-ASI yang terlambat atau lebih dari 6 bulan yaitu :

- Pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu
- Anak akan mengalami kekurangan zat gizi

B. Cara Pemberian MP-ASI

1) Pemberian MP-ASI diberikan pada anak yang berusia 6 sampai 24 bulan secara bertahap dan bervariasi untuk meningkatkan kemampuan mengunyah dan menelan serta menerima berbagai tekstur dan rasa makanan mulai dari bentuk bubur cair ke bentuk bubur kental, sari buah, buah segar, makanan lumat, makanan lembik dan akhirnya makanan padat .

Makanan
LumatMakanan
LembikMakanan
Padat

2) Tidak memberikan makanan selingan kepada anak yang banyak mengandung gula tetapi kurang zat gizi contohnya seperti minuman bersoda, minuman buah manis, permen, biskuit manis, kerupuk, dan makanan

manis, permen, biskuit manis, kerupuk, dan makanan dengan pewarna yang mencolok.



C. Jenis Makanan Pendamping ASI

1) Membuat MP-ASI sendiri

- Menyiapkan makanan anak harus bersih (bebas dari kotoran dan bebas dari bakteri penyakit)
- Menggunakan bahan makanan yang segar
- Apabila menambahkan gula, tambahkan sedikit saja
- Menghaluskan bahan MP-ASI yang telah dicuci bersih
- Menyimpan dalam wadah tertutup makanan yang sudah jadi.

2) Bahan Makanan Pendamping ASI

Makanan Pokok

Makanan pokok pada MP ASI dapat memenuhi kebutuhan karbohidrat, berikut adalah contoh dari makanan pokok tersebut :



Beras



Jagung



Singkong



Ubi Jalar



Sagu



Talas



Kentang

Kacang-Kacangan

Kacang-kacangan diperlu juga oleh bayi untuk memenuhi kebutuhan protein yang sangat penting untuk pertumbuhan. Contohnya:



Kacang Tanah



Kacang Hijau



Kacang Kedelai



Kacang Merah

Bahan Pangan Hewani

Bahan pangan hewani yang baik untuk anak antara lain :



Daging Sapi



Daging Ayam



Ikan Segar



Telur



Susu



Keju

Sayuran Berwarna

Jenis sayuran yang baik untuk campuran makanan bayi adalah sayuran yang kaya akan kandungan karotennya seperti sayuran berwarna jingga dan hijau.



Wortel



Tomat



Bayam



Kangkung

Buah-Buahan

Sebaiknya pilih buah yang berwarna jingga dan tidak asam, seperti:



Pepaya



Pisang



Jeruk Manis

Lemak dan Minyak

Lemak dan minyak memberi rasa lebih gurih dan makanan menjadi lebih lunak dan mudah ditelan. Beberapa jenis lemak yang dapat ditambahkan pada makanan anak, antara lain:



Mentega



Keju



Minyak Kelapa



Santan



Minyak Kacang



Minyak Jagung

TAHAPAN MAKANAN**- Usia 6-8 bulan**

Air Susu Ibu (ASI) diberikan setiap bayi menginginkan sedikitnya 8 kali sehari, pagi, siang, maupun malam. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang diberikan adalah berupa bubur susu, pisang, pepaya lumat halus, air jeruk, air tomat saring. Secara bertahap sesuai penambahan umur berikan bubur tim lumat ditambah kuning telur/ ayam/ ikan/ tempe/ tahu/ daging sapi/ wortel/ bayam/ kacang hijau/ santan/ minyak. Pemberian makan setiap hari disesuaikan dengan umur, yaitu umur 6 bulan sebanyak 2x6 sendok makan peres, umur 7 bulan sebanyak 2-3x 7 sendok peres, umur 8 bulan sebanyak 3x8 sendok makan peres.

- Usia 9-11 bulan

Air Susu Ibu (ASI) diberikan setiap anak menginginkan. Makanan Pendamping ASI (MP ASI) berupa makanan yang lebih padat dan kasar, seperti bubur, nasi tim, atau nasi lembek ditambah kuning telur/ ayam/ ikan/ tempe/ tahu/ daging sapi/ wortel/ bayam/ kacang hijau/ santan/ minyak. Bubur diberikan 3 kali sehari dengan porsi 1 kali makan sesuai usia. Misal usia 9 bulan maka 9 sendok makan peres, 10 bulan 10 sendok makan peres, 11 bulan 11 sendok makan peres. Makanan selingan diberikan 2 kali sehari di antara waktu makan, berupa buah, biskuit, atau kue.

- Usia 12-24 bulan

Air Susu Ibu (ASI) diberikan setiap anak menginginkan. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berupa makanan keluarga secara bertahap sesuai kemampuan anak. Berikan MP-ASI 3x sehari sebanyak 1/3 porsi makan orang dewasa, yang terdiri atas nasi, lauk pauk, sayur, dan buah. Makanan selingan diberikan 2 kali sehari diantara waktu makan, berupa buah, biskuit, atau kue.

D. Hal yang Perlu di Perhatikan Ibu Saat Memberikan MP-ASI

1. MP-ASI adalah makanan pendamping ASI, bukan pengganti ASI
2. Mulai beri MP-ASI di usia 6 bulan, jangan terlalu cepat atau terlambat
3. Berikan MP-ASI sesuai perkembangan usia
4. Jangan makan sambil tidur
5. Beri makan secara bertahap dan perlahan
6. Tepat waktu
7. Jangan dulu memberi garam dan gula
8. Tak perlu kapsul multivitamin
9. Jangan beri madu hingga usia 2 tahun



Waktu Pemberian Makan Ideal

Pemberian makan merupakan keharusan demi kelangsungan hidup dan tumbuh kembang optimal serta kualitas hidup seorang anak, khususnya anak batita (bawah tiga tahun). Pemberian makan ini tidak hanya urusan kualitas dan kuantitas, tetapi merupakan kegiatan interaktif antara anak dan pemberi makan.

Regulasi rasa lapar anak terkait dengan masa pengosongan lambung. Pada anak normal, waktu rerata pengosongan lambung adalah 50 persen dan waktu 100 menit untuk makanan padat dan 75 menit untuk makanan cair. Waktu pengosongan makin cepat sejalan dengan bertambahnya usia anak.

Salah satu upaya membangun regulasi internal adalah mengatur jadwal makan yang dikaitkan dengan masa pengosongan lambung. Dalam sehari anak perlu makan 3 kali sehari, 1-2 kali makanan selingan (snack) dan ASI/ susu 2-3 kali.

Terjadwal

- Jadwal makan termasuk snack teratur dan terencana
- Lama makan tidak lebih dari 3 menit
- Di antara waktu makan hanya boleh mengonsumsi air putih

Lingkungan

- Netral, tidak dipaksa meskipun anak hanya makan 1-2 suap
- Jangan memberikan makan sebagai hadiah
- Tidak sambil bermain atau nonton televisi, dll

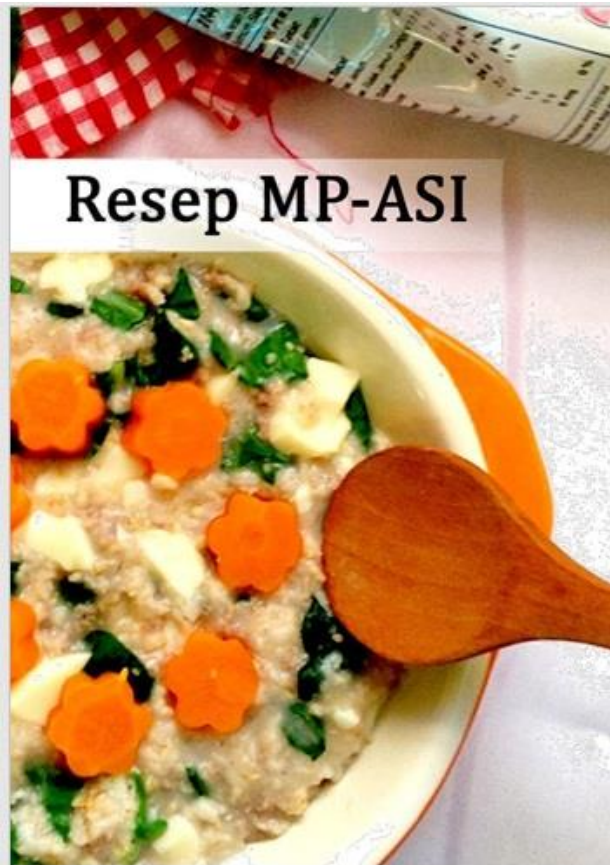
Prosedur Makan

- Porsi kecil
- Hentikan pemberian makan jika setelah 15 menit anak bermain- main tanpa makan atau tampak kesal dan membuang- buang makanannya
- Anak dimotivasi untuk makan sendiri membersihkan mulut hanya setelah makan selesai

Tabel 2. Contoh Jadwal Pemberian Makan Anak

Waktu	Makanan yang Diberikan
06.00	ASI
08.00	Makan pagi (ASI / MPASI / Makanan keluarga)
10.00	Makanan selingan
12.00	Makan siang (ASI / MPASI / Makanan keluarga)
14.00	ASI
16.00	Makanan selingan
18.00	Makan malam (ASI / MPASI / Makanan keluarga)
21.00	ASI

Sumber : Food rules applicable to children beyond infancy (Chatoor, 2004)



Bubur Wortel

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

KH : 20.8 g
 Protein : 27.8 g
 Lemak : 27.9 g
 Vit A : 2654.0 µg
 Kalsium : 200.2 mg



Bahan :

- ¼ gelas beras putih, cuci lalu tiriskan
- 2 ½ gelas air biasa
- 2 batang wortel, kupas, lalu parut kasar
- 5 butir telur puyuh, masak, lalu kupas
- ½ sdm kecap asin

Cara Membuat:

- Campurkan beras dengan air. Masak sambil diaduk hingga matang
- Masukkan parutan wortel
- Tambahkan kecap asin
- Aduk terus hingga bubur dan wortel menyatu
- Angkat, lalu diamkan sejenak
- Sajikan dengan telur puyuh rebus

Bubur Kentang

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat : 22.7 g
 Protein : 10 g
 Lemak : 10.9 g
 Vitamin A : 567 µg
 Kalsium : 313.6 mg



Bahan :

- 1 buah kentang seberat ± 1 ½ ons
- 1 batang wortel, parut kasar
- 1 gelas susu tawar
- ½ sdm keju cair
- Garam secukupnya

Cara Membuat:

- Rebus/kukus kentang hingga matang.
- Kupas, lalu haluskan dengan menggunakan sendok.
- Campurkan kentang halus, wortel parut, susu tawar, keju cair, dan garam.
- Panaskan dengan api kecil, lalu aduk hingga rata.
- Angkat lalu diamkan sebentar]siap disajikan.
- Siap disajikan.

Bubur Jagung Manis

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat : 36.1 g
Protein : 12.0 g
Lemak : 13.7g
Vitamin A : 103.8µg
Kalsium : 329.3 mg



Bahan :

- 1/2 gelas jagung manis pipil
- 2 gelas air
- 2 sdm susu manis
- 1 sdm meises

Cara Membuat:

- Campurkan jagung dengan dua gelas air, lalu haluskan dengan blender.
- Masak dengan api sedang.
- Masukkan susu manis, lalu aduk hingga mengental.
- Angkat lalu sajikan dengan taburan meises.

Bubur Bayam

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat : 95.2 g
Protein : 13.8 g
Lemak : 4.7 g
Vitamin A : 394.8 µg
Kalsium : 139.1 mg



Bahan :

- 1/2 gelas nasi aron (nasi setengah matang)
- 2 ½ gelas air panas mendidih
- ½ ikat bayam, cincang
- ½ ons tulang ayam
- 1 buah tahu, potong dadu kecil
- Garam secukupnya

Cara Membuat:

- Campurkan nasi aron dengan air panas dan tulang ayam. Masak dengan wajan atau panci kecil.
- Aduk-aduk hingga cukup mengental.
- Masukkan bayam, tahu, dan garam secukupnya. Aduk-aduk sebentar hingga rata.
- Angkat lalu diamkan sebentar, sajikan selagi hangat.

Bubur Sayur

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat : 95.2 g
Protein : 13.8 g
Lemak : 4.7 g
Vitamin A : 394.8 µg
Kalsium : 139.1 mg



Bahan :

- ¼ gelas beras, cuci, tiriskan
- 3 gelas air
- ½ batang wortel, potong dadu kecil
- 1 buah kentang, potong dadu kecil
- 2 tangkai kangkung, ambil daunnya saja
- 2 sdm pipilan jagung manis
- 1 ons tulang ayam/ daging ayam
- 3 butir telur puyuh rebus
- ¼ sdt garam

Cara Membuat:

- Rebus air hingga mendidih
- Masukkan tulang ayam/ daging ayam dan beras
- Masak hingga setengah matang

- Masukkan semua sayuran, kemudian aduk hingga rata.
- Tambahkan telur puyuh dan garam.
- Masak hingga bubur sayur matang.
- Angkat, lalu sajikan selagi hangat.

Bubur Roti

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat	: 35.4 g
Protein	: 16.7 g
Lemak	: 15.9 g
Vitamin A	: 272.3 µg
Kalsium	: 437.9 mg



Bahan :

- 5 helai roti tawar
- 1 butir kuning telur ayam kampung
- ½ gelas air
- 3sdm susu bubuk
- Gula putih secukupnya

Cara Membuat:

- Larutkan susu dengan air dengan gula. Masak di atas api kecil
- Kocok kuning telur. Masukkan ke dalam susu, lalu aduk hingga rata

- Sobek-sobek roti, lalu masukkan ke dalam susu dan kocok telur. Aduk sebentar
- Angkat kemudian sajikan.

Bubur Buah

(Sumber: Buku Bubur Sehat untuk Balita Hebat)

Kandung Gizi:

Karbohidrat	: 84.4 g
Protein	: 10.4 g
Lemak	: 10.7 g
Vitamin A	: 134.2 µg
Kalsium	: 377.1 mg



Bahan :

- 2 sdm melon. Potong dadu kecil
- 2 sdm papaya, potong dadu kecil
- 2 sdm manga manis, potong dadu kecil
- 1 buah pisang, potong melintang
- 1 gelas susu kental manis putih

Cara Membuat:

- Campurkan semua bahan di dalam mangkuk
- Tuangkan susu ke atas buah-buahan

DAFTAR PUSTAKA

Departemen Kesehatan RI. 2006. **Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal Tahun 2006**. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat.

Krisnatuti, D., 2006. **Menyiapkan Makanan Pendamping ASI**, Puspa Swara. Jakarta.

Prikasih, N. 2010. **Bubur Sehat Untuk Balita Hebat**. Pustaka Anggrek. Yogyakarta.



Penuhi kebutuhan nutrisi anak untuk mencegah masalah stunting, karena anak sehat merupakan aset bangsa yang paling berharga