

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jalan Srikeyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Billar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/5.0/ 0205 /2019
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 16 Januari 2019

Kepada Yth.
Kepala Bakesbangpol Kabupaten Malang
Di Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Karya Tulis Ilmiah, maka bersama ini kami hadapkan mahasiswa Program Studi D - 3 Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang bernama:

No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
1.	Nugraheni Fitrah Nahdia NIM.1603000092	Data Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta tentang MP - ASI

Mohon kiranya mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan Penelitian, pada:

Tanggal : 14 Januari s/d 24 Februari 2019
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : Puskesmas Wagir

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi

Tapriadi, SKM.MPd
NIP.196411071988121001

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
2. Kepala Puskesmas Wagir

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260
Email: bakesbangpol@malangkab.go.id - Website: <http://www.malangkab.go.id>
MALANG - 65119

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/ 211 /35.07.207/2019

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

Menunjuk : Surat dari Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Nomor: DP.02.01/5.0/1205/2019 Tanggal:16 Januari 2019 Perihal: Ijin Penelitian

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

Nama / Instansi : Nugraheni Fitrah Nahdia
Alamat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang
Thema/Judul/Survey/Research : Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Di Desa Sidorahayu Kecamatan Wagir Kabupaten Malang
Daerah/tempat kegiatan : Di Puskesmas Wagir Kabupaten Malang
Lamanya : 14 Januari - 24 Februari 2019
Pengikut :
Dengan Ketentuan :

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

Malang, 17 Januari 2019

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN MALANG



GATOT YUDHA SETIAWAN, AP., MM

Pembina Tingkat I

NIP. 19740326 199311 1 001

Tembusan :

Yth. Sdr.

1. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang;
2. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Malang;
3. Kepala Puskesmas Wagir Kab. Malang;
4. Mhs/Ybs;
5. Arsip.

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN**



Jln. Panji No.120 Kepanjen Telp (0341) 393730-391621, Fax. (0341) 393731
Email : dinkes@malangkab.go.id website : http// dinkes.malangkab.go.id

KEPANJEN

Kepanjen, 23 Januari 2019

Nomor : 072/ 322 /35.07.103/2019
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Penelitian

Yth. Kepada :
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes
Kemenkes Malang
Di -

TEMPAT

Menjawab Surat dari Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang, Nomor DP.02.01/5.0/0205/2019, tanggal 16 Januari 2019 tentang Penelitian , dengan ini kami TIDAK KEBERATAN dilaksanakan Kegiatan tersebut oleh :

N a m a : Nugraheni Fitrah Nahdia
N I M : 1603000092
Judul : *Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Media Booklet terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) di Desa Sidorahayu Kec. Wagir Kab. Malang*
Tempat Kegiatan : Puskesmas Wagir Kab. Malang
Waktu Kegiatan : 14 Januari - 24 Februari 2019

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Mentaati peraturan / ketentuan yang berlaku
2. Sesampainya ditempat kegiatan untuk melaporkan dan berkoordinasi kepada Pejabat yang terkait.
3. Melakukan **inform consent** secara tertulis sebelum dilakukan kegiatan kepada yang bersangkutan
4. Harus memegang azas rahasia (tanpa nama / identitas responden)
5. Mempresentasikan dan menyampaikan hasil penelitian di tempat penelitian
6. Setelah selesai melaksanakan kegiatan untuk melaporkan kembali kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang Cq. Diklat Litbang Dinas Kesehatan Kab Malang.
7. Surat ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.



Pt. KEPALA DINAS KESEHATAN

DINAS KESEHATAN

Dr. R. A. RATIH MAHARANI., M.M.R.S

Pembina

NIP. 19670928 200003 2 003

Tembusan. Yth:

1. Kepala UPT Puskesmas Wagir Kab. Malang
2. Sdr. Nugraheni Fitrah Nahdia

Lampiran 4. Lembar Persetujuan

LEMBAR PERSETUJUAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang akan diadakan oleh :

Nama : Nugraheni Fitrah Nahdia

NIM : 1603000092

Judul :

“Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Di Desa Sidorahayu Kecamatan Wagir”

Dan bersedia melaksanakan semua prosedur dalam penelitian ini sesuai dengan kemampuan saya sampai penelitian ini berakhir.

Malang,2019

Peneliti

Responden

Nugraheni Fitrah Nahdia

.....

Lampiran 5. Satuan Penyuluhan

Judul kegiatan	: Penyuluhan Gizi
Pokok Bahasan	: Masalah Gizi
Sub Pokok Bahasan	: Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)
Sasaran	: Ibu Baduta
Waktu	: 60 menit.
Tempat	: Balai Desa Sidorahayu.

1. Tujuan

a. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Ibu bayi dan baduta dapat memahami cara-cara pemberian makanan pendamping ASI yang benar sesuai umur anak.

b. Tujuan Intruksional Khusus (TIK)

1. Ibu dapat menjelaskan kapan MP-ASI mulai diberikan.
2. Ibu dapat menjelaskan macam-macam MP-ASI.
3. Ibu dapat menjelaskan bentuk-bentuk MP-ASI.
4. Ibu dapat menjelaskan pola pemberian MP-ASI
5. Ibu dapat menjelaskan prinsip pemberian MP-ASI.
6. Ibu dapat menjelaskan hal yang perlu diperhatikan jika anak sudah mulai diberikan MP-ASI.
7. Ibu dapat menjelaskan bagaimana cara pemberian MP-ASI.
8. Ibu balita menjelaskan risiko pemberian MP-ASI dini.

2. Materi

- a. Pengertian MP-ASI.
- b. Macam-macam MP-ASI.
- c. Bentuk-bentuk MP-ASI.
- d. Pola pemberian MP-ASI.
- e. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pemberian MP-ASI.
- f. Prinsip pemberian MP-ASI.
- g. Pemberian MP-ASI dini.

(Terlampir)

3. Proses Penyuluhan

No.	Tahapan	Alokasi Waktu (menit)	Kegiatan penyuluh	Sasaran
1	Pembukaan	15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penyuluh mengucapkan salam 2. Penyuluh memperkenalkan diri dan menyampaikan maksud serta tujuan penyuluhan. 3. Penyuluh membagikan lembar soal pertama yaitu soal <i>pre-test</i> dan meminta responden ibu baduta untuk mengerjakannya 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ibu baduta menjawab salam. 2. Ibu baduta mendengarkan pengantar dari penyuluh 3. Ibu baduta menerima lembar <i>pre-test</i> dan menjawabnya.
2	Isi	30	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penyuluh menyampaikan materi dengan memberikan ceramah serta dibantu dengan media booklet. 2. Diskusi dan Tanya jawab. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ibu baduta mendengarkan dan memahami materi yang disampaikan oleh penyuluh. 2. Ibu baduta berdiskusi dan memberikan pertanyaan mengenai materi yang sudah disampaikan.
3	Penutup	15	<p>Kesimpulan Ibu baduta dan penyuluh menyimpulkan materi yang telah disampaikan.</p> <p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Penyuluh memberikan lembar soal post-test dan meminta ibu baduta untuk mengerjakannya. 2. Penyuluh member kesempatan kepada ibu baduta untuk menanyakan materi yang belum dimengerti. <p>Refleksi Penyuluh menyampaikan pesan moral dari kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan.</p>	<p>Kesimpulan Siswa menyimpulka materi yang sudah disampaikan.</p> <p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ibu baduta menjawa soal post-test yang telah disediakan. 2. Ibu baduta berkesempatan menanyakan materi yang belum di mengerti. <p>Refleksi Ibu baduta memperhatikan pesan moral yang disampaikan penyuluh dan kegiatan penyuluh yang</p>

			<p>Tindak lanjut Penyuluh menghimbau ibu baduta untuk menerapkan apa saja yang sudah didapat dalam penyuluhan.</p> <p>Penutup Memberikan salam penutup.</p>	<p>telah dilakukan.</p> <p>Tindak lanjut Ibu baduta diminta untuk menerapkan apa saja yang sudah disampaikan dalam penyuluhan tentang MP-ASI.</p>
--	--	--	---	--

4. Metode yang digunakan dalam penyuluhan yaitu :

- a. Ceramah adalah menyampaikan atau menjelaskan pengertian atau pesan lisan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu oleh seorang pembicara atau ahli kepada sekelompok pendengar dengan dibantu beberapa alat peraga yang diperlukan. Ceramah pada hakikatnya adalah transfer informasi dari penyuluh kepada sasaran (peserta) penyuluhan.
- b. Quick Quiz tertulis (post-test dan pre-test)
Sebelum materi disampaikan, penyuluh akan membagikan selembarnya soal pre-test kepada ibu bayi dan baduta dengan tujuan untuk mengetahui pengetahuan awal ibu bayi dan baduta tentang MP-ASI. Setelah materi tersampaikan, penyuluh akan membagikan selembarnya soal post-test kepada ibu bayi dan baduta dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan pengetahuan ibu bayi dan baduta tentang MP-ASI setelah materi disampaikan.
- c. Tanya Jawab
Salah satu cara menghidupkan suasana ketika penyuluhan berlangsung yaitu dengan berinteraksi langsung dengan siswa seperti tanya jawab.
- d. Diskusi
Salah satu cara agar audience dapat menyampaikan pendapat dan dapat memecahkan masalah bersama.

5. Alat Peraga

- Booklet

6. Evaluasi

Evaluasi pada ibu bayi dan baduta dilakukan melalui 2 macam tes tulis, diantaranya yaitu soal pre-test (sebelum materi disampaikan) dan soal post-test (setelah materi disampaikan).

(terlampir)

7. Sumber Pustaka

- Almatsier, S. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia. Pustaka Utama.
- Andriani, Merryana. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana.
- Arisman. 2004. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Buku Kedokteran: Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. 2004. Pusat Promosi Kesehatan, Pengembangan Media Promosi Kesehatan, Jakarta. Depkes RI.
- Depkes RI. 2006. Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal. Jakarta: Depkes RI.
- WHO. 2000. *Complementary Feeding Family Foods For Breastfed Children*. Media Ltd : Jakarta.
- Zulaekah. 2011. Efektifitas Pendidikan Gizi dengan Media *Booklet* terhadap Pengetahuan Gizi Anak SD. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Program Gizi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Uneversitas Muhammadiyah Surakarta.

Materi

Makanan Pendamping ASI

1. Pengertian

MP-ASI adalah makanan atau minuman yang mengandung gizi, diberikan bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi gizi selain dari ASI. MP-ASI berupa makanan padat atau cair yang diberikan secara bertahap sesuai usia dan kemampuan pencernaan bayi/anak. Pada usia 6-12 bulan, ASI hanya menyediakan 1/2 atau lebih kebutuhan gizi bayi, dan pada usia 12-24 bulan ASI menyediakan 1/3 dari kebutuhan gizinya sehingga MP-ASI harus segera diberikan mulai bayi berusia 6 bulan.

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 ASI (Depkes RI, 2006)

2. Macam dan Bentuk MP-ASI

a. Macam

- 1) MP-ASI dari bahan makanan local yang dibuat sendiri
- 2) MP-ASI pabrikan yang difortifikasi dalam bentuk bungkusan, kaleng atau botol

b. Bentuk

- 1) Makanan lumat yaitu, sayuran, daging/ikan/telur, tahu/temped an buah yang dilumatkan/disaring, seperti tomat saring, pisang lumat halus, pepaya lumat, air jeruk manis, bubur susu da bubur ASI.
- 2) Makanan lembik atau cincang yang mudah ditelan anak, seperti bubur nasi campur, nasi tim halus, bubur kacang hijau.
- 3) Makanan keluarga seperti nasi dengan lauk pauk, sayur dan buah.

3. Pola pemberian ASI da MP-ASI untuk bayi dan anak.

Umur (bulan)	ASI	Makanan Lumat	Makanan Lembik	Makanan Kleuarga
0-6	Yellow			
6-9	Yellow	Green		
9-12	Yellow		Blue	
12-24	Yellow			Red

Sumber :Buku Panduan Kader Posyandu Menuju Keluarga Sadar Gizi, 2013

4. Prinsip penerapan MP-ASI

KOMPONEN	Usia		
	6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan
Jenis	Satu jenis bahan dasar (6 bulan) 2 jenis bahan dasar (7-8 bulan)	3-4 jenis bahan dasar (sajikan secara terpisah atau dicampur)	Makanan keluarga.
Tekstur	Semi cair (dihaluskan), secara bertahap kurangi campuran air sehingga menjadi semi padat.	Makanan dicincang alus atau lunak (disaring kasar), ditingkatkan sampai semakin kasar sehingga bisa digenggam.	Padat.
Frekuensi	Makanan utama 2-3 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.	Makanan utama 3-4 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.	Makanan utama 3-4 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.
Porsi setiap makan	Dimulai dengan 2-3 sendok makan ditingkatkan berharap sampai 12 mangkuk kecil atau setara 125 ml.	½ecil atau setara mangkuk 125 ml.	¾ sampai 1 mangkuk kecil atau setara 175-250 ml.
ASI	Sesuka bayi.	Sesuka bayi	Sesuka bayi

Sumber :WHO, 2003. *Global Strategy for Infant and Young Child. World Health Organization. Geneva.*

5. Hal-hal yang perlu diperhatikan bila anak mulai makan MP-ASI

- a. MP-ASI yang diberikan pertama sebaiknya adalah makanan lumat berbahan dasar makanan pokok terutama beras/tepung beras.
- b. Bila bayi mulai makan MP-ASI, bayi memerlukan waktu untuk membiasakan diri pada rasa maupun bentuk makanan baru tersebut.
- c. Makanan yang bergizi seimbang sangat baik untuk anak. Dalam satu kali makan sebaiknya terdiri dari sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur dilengkapi dengan buah.
- d. Makanan sumber karbohidrat berasal dari beras, jagung ubi, kentang, singkong, sagu, dll.
- e. Makanan sumber protein nabati berasal dari kacang-kacangan dan hasil olahannya (tempe, tahu, dll)

- f. Berikan makanan selingan lebih sering dengan porsi kecil, seperti roti atau biskuit yang dioles dengan mentega/selai kacang/meises, buah, kue.
 - g. Makanan selingan yang tidak baik adalah makanan yang banyak mengandung gula, tetapi kurang zat gizi lainnya, seperti minuman bersoda, makanan buah yang manis, permen, es lilin, dan kue yang terlalu manis.
6. Bagaimana cara pemberian MP-ASI
- Seorang anak perlu belajar bagaimana cara makan, mencoba rasa, dan tekstur makanan baru, anak perlu belajar mengunyah makanan, dan menelannya dengan cara :
- a. Memberi perhatian disertai senyum dan kasih sayang.
 - b. Menatap mata anak dan mengucapkan kata-kata yang mendorong untuk makan.
 - c. Memberi makan dengan sabar dan tidak tergesa-gesa.
 - d. Menunggu bila anak sedang berhenti makan dan suapi lagi setelah beberapa saat tanpa memaksa.
 - e. Mencoba berbagai campuran bahan makanan, rasa, dan tekstur agar anak suka makan.
 - f. Memberi makanan yang dipotong kecil, sehingga anak dapat belajar memegang dan makan sendiri.

7. Pemberian MP-ASI dini

Telah lama diketahui bahwa bayi belum siap untuk menerima makanan semi padat sebelum kira-kira usia 6 bulan, dan makanan itu juga belum dirasakan perlu, sepanjang bayi masih mendapatkan ASI. Risiko yang ditemukan segera jika bayi diberikan makanan pendamping ASI terlalu dini dan adanya juga kemungkinan terjadi dampak yang tidak diinginkan dalam jangka panjang.

Lampiran 6. Kuesioner Penelitian

KUESIONER

Nama ibu : DESSY
Nama anak : ADIBRATA ALKA Bagaskara
Umur ibu : 19 thn
Umur anak : 11 bulan
Pendidikan ibu : SMP
Pekerjaan : Ibu rumah tangga
Alamat : Tuluwuyu RT 02

Berilah tanda silang (X) pada huruf a, b, c, atau d pada **jawaban** yang paling tepat!

1. Apakah pengertian makanan pendamping ASI?
 - a. Makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga
 - b. Makanan pengganti ASI
 - c. Makanan atau minuman yang mengandung zat gizi dan diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan
 - d. Tidak tahu
2. Pada usia berapa anak mulai diberikan makanan pendamping ASI?
 - a. Lebih dari 2 bulan
 - b. Lebih dari 4 bulan
 - c. Lebih dari 6 bulan
 - d. Kurang dari 6 bulan
3. Jenis makanan apa yang baik diberikan untuk bayi usia 0-6 bulan?
 - a. ASI saja
 - b. ASI, nasi campur bubur
 - c. ASI dan bubur
 - d. Nasi
4. Sampai usia berapa ASI sebaiknya diberikan?
 - a. 3 tahun
 - b. 2 tahun
 - c. 2 bulan
 - d. 6 bulan

5. Sebutkan jenis makanan yang paling pertama kali diberikan kepada bayi usia lebih dari 6 bulan?
- a. Makanan padat
 - b. Makanan lumat
 - c. Makanan cair
 - d. Makanan lembek
6. Pada usia berapa makanan padat atau makanan keluarga diberikan pada anak?
- a. 0-6 bulan
 - b. 5-9 bulan
 - c. 9-12 bulan
 - d. 12-24 bulan
7. Makanan dibawah ini yang merupakan makanan pendamping ASI?
- a. Bubur susu
 - b. Mie
 - c. Air gula
 - d. Nasi
8. Berapa kali makanan tambahan diberikan dalam sehari pada bayi usia 6-bulan?
- a. 2-3 kali
 - b. 4-5 kali
 - c. 6 kali
 - d. Tidak tentu tergantung bayi menangis
9. Berapa porsi setiap makan untuk bayi usia 6-8 bulan?
- a. 2-3 sendok makan
 - b. 1 mangkuk penuh
 - c. $\frac{1}{4}$ mangkuk kecil
 - d. 1 mangkuk kecil
10. Berapa jenis bahan makanan yang diberikan pada bayi 6-8 bulan?
- a. 2 jenis
 - b. 5 jenis
 - c. 1 jenis
 - d. 3 jenis

11. Mengapa bayi perlu diberikan makanan pendamping ASI?
- a. Agar bayi tidak rewel
 - b. Agar bayi terhindar dari penyakit
 - c. Agar kebutuhan zat gizi bayi terpenuhi
 - d. Agar bayi cepat gemuk
12. Berikut ini contoh makanan lembik adalah?
- a. Bubur susu
 - b. Tomat saring
 - c. Nasi tim halus
 - d. Nasi goreng
13. Apa yang dilakukan ibu jika makanan pendamping ASI tidak habis?
- a. Disimpan dan dimakan nanti
 - b. Dibuang
 - c. Disimpan di lemari es
 - d. Dipanaskan lagi
14. Apakah ada pengaruh terhadap kesehatan jika pemberian makanan pendamping ASI sebelum bayi berusia 6 bulan?
- a. Tidak ada pengaruh
 - b. Anak sering diare
 - c. Anak sering rewel
 - d. Tidak tahu
15. Apakah pemberian makanan pendamping ASI dalam waktu yang tepat dapat mengurangi risiko alergi?
- a. Ya
 - b. Tidak
 - c. Mungkin
 - d. Tidak tahu

Lampiran 7. Tabel Data Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta

Tabulasi Data Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta

No	Nama	Pretest		Posttest	
		Nilai	Kategori	Nilai	Kategori
1	AN	53	kurang baik	73	cukup
2	NN	60	cukup	73	cukup
3	WT	73	cukup	86	baik
4	SB	67	cukup	80	baik
5	MS	73	cukup	80	baik
6	SS	73	cukup	86	baik
7	PU	73	cukup	80	baik
8	SU	67	cukup	73	cukup
9	ZK	67	cukup	80	baik
10	NU	73	cukup	86	baik
11	ON	80	baik	93	baik
12	OF	93	baik	93	baik
13	SD	67	cukup	80	baik
14	IY	67	cukup	80	baik
15	EW	73	cukup	80	baik
16	RM	93	baik	100	baik
17	DS	40	kurang baik	73	cukup
18	SM	93	baik	100	baik
19	IM	73	cukup	93	baik
20	HN	80	baik	93	baik
21	YW	73	cukup	80	baik
22	NV	60	cukup	73	cukup
23	YT	60	cukup	80	baik
24	LH	67	cukup	73	cukup
25	EL	93	baik	93	baik
26	IY	73	cukup	86	baik
27	VI	67	cukup	80	baik
28	CL	73	cukup	93	baik
29	PD	60	cukup	80	baik
30	NP	93	baik	100	baik
Jumlah		2157	-	2520	-
Rata-rata		71,9	Cukup	84	Baik

Lampiran 8. Uji SPSS

Hasil Analisis Statistik

1. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.231	30	.000	.907	30	.013
POSTTES T	.245	30	.000	.884	30	.004

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Wilcoxon

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	28 ^b	14.50	406.00
	Ties	2 ^c		
	Total	30		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

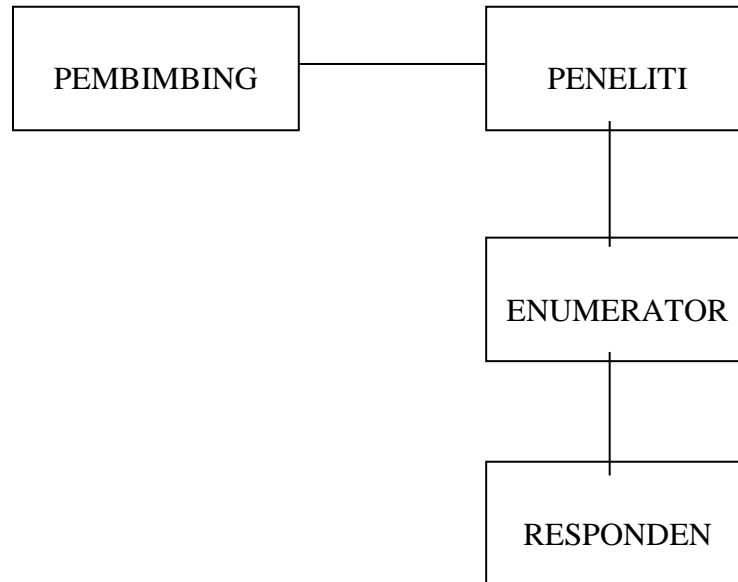
Test Statistics^a

	posttest - pretest
Z	-4.676 ^b
Asymp. Sig. (2- tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 9. Struktur Organisasi



Keterangan :

1. Pembimbing : Bapak Ibnu Fajar, SKM.,M.Kes
2. Peneliti : Nugraheni Fitrah Nahdia
3. Enumerator : Vera Chris Agustina
4. Responden : Ibu Baduta di Desa Sidorahayu Kecamatan Wagir Kabupaten Malang

Lampiran 10. Jadwal Penelitian

Kegiatan	Tahun 2018			Tahun 2019								
	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agust	Sept
Penyusunan Proposal	■											
Revisi Proposal		■										
Pengurusan surat izin studi pendahuluan di Bakesbangpol Kab. Malang		■										
Seminar Proposal			■									
Pengurusan surat penelitian di Bakesbangpol Kab. Malang			■									
Pengurusan surat izin penelitian di Dinas Pendidikan Kab. Malang			■									
Proses penelitian				■								
Penyuluhan MP-ASI				■								
Pengolahan data					■							
Analisis data						■						
Penyajian Data							■					
Seminar Hasil								■				
Revisi KTI									■	■		
Pengumpulan KTI ke Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang											■	
Pengumpulan KTI ke Dinas Pendidikan Kab. Malang											■	
Wisuda												■

Lampiran 11. Anggaran Dana

No	Kegiatan	Keterangan	Jumlah	Anggaran Dana
1	Persiapan	Pembuatan Proposal Penelitian	1x3 @20.000	Rp. 60.000
		Pengurusan surat izin	1	Rp. 20.000
2	Pelaksanaan	Soal Pre Test	1x15 @1000	Rp. 15.000
		Media Booklet	1x15 @10.000	Rp 150.000
		Konsumsi (Snack)	1x15 @5000	Rp 75.000
		Soal Post Test	1x15 @1000	Rp. 15.000
		Print Konsul Hasil KTI	1	Rp 50.000
	Pelaporan	Print KTI Fotocopy KTI Jilid KTI	2 @75.000	Rp 150.000
Total				Rp 535.000

Lampiran 12. Booklet



Makanan Pendamping ASI

MP-ASI makanan atau minuman yang mengandung gizi, diberikan bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi gizi selain dari ASI. MP-ASI berupa makanan padat atau cair yang diberikan secara bertahap sesuai usia dan kemampuan pencernaan bayi/anak. Pada usia 6-12 bulan, ASI hanya menyediakan 1/2 atau lebih kebutuhan gizi bayi, dan pada usia 12-24 bulan ASI menyediakan 1/3 dari kebutuhan gizinya sehingga MP-ASI harus segera diberikan mulai bayi berusia 6 bulan.

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 ASI (Depkes RI, 2006)



Macam dan Bentuk MP-ASI

MACAM

- ★ MP-ASI dari bahan makanan local yang dibuat sendiri
- ★ MP-ASI pabrikan yang difortifikasi dalam bentuk bungkusan, kaleng atau botol

BENTUK

- ★ Makanan lumat yaitu, sayuran, daging/ikan/telur, tahu/temped an buah yang dilumatkan/disaring, seperti tomat saring, pisang lumat halus, papaya lumat, air jeruk manis, bubur susu da bubur ASI
- ★ Makanan lembik atau cincang yang mudah ditelan anak, seperti bubur nasi campur, nasi tim halus, bubur kacang hijau.
- ★ Makanan keluarga seperti nasi dengan lauk pauk, sayur dan buah.



Pola Pemberian ASI dan MP-ASI untuk Bayi dan Anak

Umur (bulan)	ASI	Makanan Lumat	Makanan Lembik	Makanan Keluarga
0-6				
6-9				
9-12				
12-24				

Sumber : Buku Panduan Kader Posyandu Menuju Keluarga Sadar Gizi, 2013

Prinsip Penerapan MP-ASI

KOMPONEN	Usia		
	6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan
Jenis	Satu jenis bahan dasar (6 bulan) 2 jenis bahan dasar (7-8 bulan)	3-4 jenis bahan dasar (sajikan secara terpisah atau dicampur)	Makanan keluarga.
Tekstur	Semi cair (dihaluskan), secara bertahap kurangi campuran air sehingga menjadi semi padat.	Makanan dicincang halus atau lunak (disaring kasar), ditingkatkan sampai semakin kasar sehingga bisa digenggam.	Padat.
Frekuensi	Makanan utama 2-3 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.	Makanan utama 3-4 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.	Makanan utama 3-4 kali sehari, camilan 1-2 kali sehari.
Porsi setiap makan	Dimulai dengan 2-3 sendok makan ditingkatkan berharap sampai 12 mangkok kecil atau setara 125 ml.	½ cecil atau setara mangkok 125 ml.	¼ sampai 1 mangkok kecil atau setara 175-250 ml.
ASI	Sesuka bayi.	Sesuka bayi	Sesuka bayi

Sumber : WHO, 2003. Global Strategy For Infant and Young Child. World Health

Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Bila Anak Mulai Makan MP-ASI

- ★ MP-ASI yang diberikan pertama sebaiknya adalah makanan lumat berbahan dasar makanan pokok terutama beras/tepung beras.
Bila bayi mulai makan MP-ASI, bayi memerlukan waktu untuk membiasakan diri pada rasa maupun bentuk makanan baru tersebut.
- ★ Makanan yang bergizi seimbang sangat baik untuk anak. Dalam satu kali makan sebaiknya terdiri dari sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur dilengkapi dengan buah.
- ★ Makanan sumber karbohidrat berasal dari beras, jagung ubi, kentang, singkong, sagu, dll. Makanan sumber protein nabati berasal dari kacang-kacangan dan hasil olahannya (tempe, tahu, dll)
- ★ Berikan makanan selingan lebih sering dengan porsi kecil, seperti roti atau biskuit yang dioles dengan mentega/selai kacang/meises, buah, kue.
- ★ Makanan selingan yang tidak baik adalah makanan yang banyak mengandung gula, tetapi kurang zat gizi lainnya, seperti minuman bersoda, makanan buah yang manis, permen, es lilin, dan kue yang terlalu manis (Kemenkes RI, 2013).

Bagaimana Cara Pemberian MP-ASI

Seorang anak perlu belajar bagaimana cara makan, mencoba rasa, dan tekstur makanan baru, anak perlu belajar mengunyah makanan, dan menelannya dengan cara :

- ★ Memberi perhatian disertai senyum dan kasih sayang.
- ★ Menatap mata anak dan mengucapkan kata-kata yang mendorong untuk makan.
- ★ Memberi makan dengan sabar dan tidak tergesa-gesa.
- ★ Menunggu bila anak sedang berhenti makan dan suapi lagi setelah beberapa saat tanpa memaksa.
- ★ Mencoba berbagai campuran bahan makanan, rasa, dan tekstur agar anak suka makan.
- ★ Memberi makanan yang dipotong kecil, sehingga anak dapat belajar memegang dan makan sendiri (Kemenkes RI, 2013).

Pemberian MP-ASI Dini

Telah lama diketahui bahwa bayi belum siap untuk menerima makanan semi padat sebelum kira-kira usia 6 bulan, dan makanan itu juga belum dirasakan perlu, sepanjang bayi masih mendapatkan ASI. Risiko yang ditemukan segera jika bayi diberikan makanan pendamping ASI terlalu dini dan adanya juga kemungkinan terjadi dampak yang tidak diinginkan dalam jangka panjang.



Resep MPASI



BUBUR PISANG AVOCADO

Bahan

- 1 buah pisang kecil ukuran kecil, kupas, potong-potong.
- 100 gr avocado, keruk daging buahnya
- 150 ml air matang atau susu formula

Cara Membuat

- Haluskan potongan pisang
- Campurkan daging buah avocado dan pisang ke dalam susu formula cair
- Siapkan mangkuk bayi dan sajikan



Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 257,5 Kalori
Protein	: 9,6 gram
Lemak	: 11,2 gram
Karbohidrat	: 34,5 gram

BUBUR APEL DAN SAUS PEAR

Bahan

- 1 buah apel, kupas lalu potong-potong.
- 1 buah pear, kupas lalu potong-potong.
- Air secukupnya.



Cara Membuat

- Rebus apel dan pear dengan air (air sedikit sampai menggenangi buah) sampai empuk.
- Tiriskan jangan buang airnya.
- Haluskan, gunakan sisa air rebusan untuk mengencerkan adonan.
- Siapkan mangkuk bayi dan sajikan.

Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 116 Kalori
Protein	: 0,6 gram
Lemak	: 0,8 gram
Karbohidrat	: 29,8 gram

BUBUR BAYAM MERAH

Bahan

- ½ gelas beras
- Kismis hitam 7 buah
- Bayam merah, ambil daun saja
- Sedikit ayam dipotong dadu atau bisa dicincang

Cara Membuat

- Masukkan beras dan ayam ke dalam panci masak sampai lunak. Kemudian masukkan kismis dan teruskan merebus.
- Tambahkan bayam, biarkan 2 menit atau sampai layu. Jangan sampai tertalu lembek.
- Masukkan ke dalam blender, kemudian blender sampai halus.
- Tuang ke dalam wadah sampai dingin/hangat
- Bubur siap disajikan.



★ Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 174,5 Kalori
Protein	: 7,1 gram
Lemak	: 6,6 gram
Karbohidrat	: 21,4 gram

NASI TIM HATI

Bahan



- 600 l air
- 2 sdm beras
- 25 gr hati ayam, iris kecil
- 25 gr tempe
- 50 gr labu kuning parut
- 1 iris tomat matang
- 1 sdt minyak

Cara Membuat

- Masak air bersama beras, hati ayam serta tempe, aduk perlahan sampai mengental.
- Masukkan labu kuning, tomat dan masak sambil diaduk hingga matang.
- Tambahkan minyak, aduk hingga tercampur rata. Angkat dan biarkan hingga dingin.
- Saring atau masukkan kedalam blender dan haluskan.
- Siap disajikan.

★ Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 189,4 Kalori
Protein	: 10,9 gram
Lemak	: 7,0 gram
Karbohidrat	: 20,7 gram

BUBUR MARIE PISANG

Bahan

- 4 buah biskuit marie
- 100 cc ASI
- 75 gr pisang ambon
- 50 gr mrlon
- 50 cc air matang



Cara Membuat

- Haluskan melon dengan blender
- Haluskan biskuit marie dengan ASI dan air, kerok pisang ambon, dan campurkan.

★ Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 328,8 Kalori
Protein	: 5,4 gram
Lemak	: 9,8 gram
Karbohidrat	: 60,2 gram

PURE KENTANG

Bahan



- 1 kentang besar/ 2 kentang kecil
- 2-3 potong brokoli/wortel secukupnya
- ASI secukupnya

Cara Membuat

- Bersihkan kentang
- Cuci brokoli, rendam air garam sebentar, lalu cuci lagi
- Bila wortel, setelah dibersihkan cukup dicuci saja
- Rebus kentang, brokoli dan wortel
- Blender kentang brokoli/wortel
- Saring, sajikan

★ Perhitungan Nilai Gizi

Energi	: 110,3 Kalori
Protein	: 2,7 gram
Lemak	: 1,1 gram
Karbohidrat	: 23,2 gram

SAY *YES* TO HOMEMADE MPASI



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES
MALANG

Jl. Besar Ijen No.7C, Oro-Oro, Klojen
Malang, Jawa Timur
Telp : (0341) 566075

Lampiran 13. Dokumentasi



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan



Gambar 3. Pelaksanaan Penyuluhan



Gambar 4. Pembagian Booklet