

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746  
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail : [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



Nomor : KH. 08. 02 / F. 171. 17 / 0921 / 2024  
Lampiran : 1 (satu) gabung  
Perihal : **Ijin Etik Penelitian Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang**

Kepada Yth. :  
**Ketua Komisi Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Malang**

di-  
**Malang**

Dengan hormat,

Sehubungan dengan kegiatan penulisan naskah penelitian Mahasiswa di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang Tahun 2024, kami mengajukan permohonan etik penelitian untuk mahasiswa:

Nama Mahasiswa : Anak Agung Istri Oktaviani Dharmayanti  
Prodi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Tingkat / Semester : IV / VIII  
Judul Penelitian : Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian Makanan Pada Balita Gizi Kurang Usia 12-59 Bulan di Kelurahan Karangbesuki, Kecamatan Sukun, Kota Malang

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya kami menyampaikan ucapan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Malang,

Ida Nur Hafidha, S.Kep., M.Kes  
NIP. 196610181989031001

- Kampus Utama : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, Telp (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613
- Kampus II : Jl. A. Yani Sumberporong Lawang Telp. (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Blitar Telp. (0342) 801043
- Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64B Kediri Telp. (0354) 773095
- Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek, Telp. (0355) 791293
- Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82 A Ponorogo, Telp. (0352) 461792



## Lampiran 2. Surat Pernyataan

SURAT PERNYATAAN

yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : ANAF AGUNG ISTRI OETAULANI DHARMAYANTI

2. NIM/NIP/NIK : P1711201018

3. Jabatan : MAHASISWA JURUSAN GIZI (Mahasiswa/Karyawan)

Selaku perwakilan/utusan dari Poltekkes Malang \* yang ditetapkan berdasarkan surat \*\* No. Srt .....menerangkan dengan sesungguhnya bahwa ANAF AGUNG ISTRI OETAULANI D.\*\*\* bermaksud untuk melaksanakan kegiatan di POSPESMAS MULYOPEJO \*\*\*\* dengan judul/ tema PENGARUH PENDAMPINGAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIFAT (BU TEMANG PEMBEKIAN MAMAMAN PADA BALITA GIZI BURANG USIA 12-59 BULAN DI KEURAHAN KARANGBESUKI, KECAMATAN SURUN, KOTA MALANG dalam jangka waktu kegiatan selama 1 (satu) ~~bulan~~ / bulan dan jumlah peserta kegiatan sebanyak 20 (dua puluh) orang.

Adapun rincian data peserta kegiatan sebagaimana tercantum dalam rencana pelaksanaan kegiatan yang telah diserahkan kepada Bakesbangpol Kota Malang.


Sehubungan dengan hal tersebut, saya bersedia menjamin bahwa peserta kegiatan sebagaimana dimaksud:

1. Tidak akan melakukan kegiatan yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan maksud dan tujuan kegiatan;
2. Sanggup menjaga perilaku dan mentaati tata tertib yang berlaku pada Lokasi/ Instansi/ SKPD;
3. Wajib melaporkan hasil Kegiatan dan sejenisnya kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang;
4. Sanggup mentaati ketentuan peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dalam pelaksanaan kegiatan peserta terbukti melakukan pelanggaran terhadap pernyataan di atas, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana ketentuan peraturan perundang-undangan dan melakukan penghentian terhadap kegiatan tersebut tanpa menuntut ganti rugi apapun.

Malang, 30 Agustus 2023

Pembuat Pernyataan,

  
METERAI TEMPEL  
5CAAGAKX690545077

(ANAF AGUNG ISTRI OETAULANI D.)

Keterangan :

- \* : Fakultas-Univ.nya
- \*\* : Jabatan yang menandatangani Surat pengantar
- \*\*\* : Nama Ybs/ yang menandatangani pernyataan
- \*\*\*\* : Lokasi kegiatan

Lampiran 3. Surat Dinas Kesehatan Kota Malang



**PEMERINTAH KOTA MALANG**  
**DINAS KESEHATAN**

Jl. Simpang L.A. Sucipto No. 45 ☎ (0341) 406878 Fax. (0341) 406879  
www.dinkes.malangkota.go.id e-mail : dinkes@malangkota.go.id  
MALANG

Kode Pos : 65124

Malang, 01 SEP 2023

Nomor : 072/666 /35.73.402/2023  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Perihal : Ijin penelitian

Kepada  
Yth. Kepala Puskesmas Mulyorejo  
Di  
MALANG

Dengan ini diberitahukan bahwa Mahasiswa politeknik kesehatan kementerian kesehatan Malang tersebut di bawah ini :

NO	NAMA	NIM
1.	Anak Agung Istri Oktaviani Dharmayanti	P17111201018

Akan melaksanakan penelitian, mulai tanggal 10 September s/d 10 Oktober 2023 dengan judul: pengaruh pendampingan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian makanan pada balita gizi kurang usia 12-59 bulan di Kelurahan Karangbesuki di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Malang

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon Saudara untuk membantu memberikan data atau informasi yang diperlukan. Mahasiswa yang telah selesai melaksanakan penelitian wajib melaporkan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang.

Demikian untuk mendapatkan perhatian.

a.n. KEPALA DINAS KESEHATAN  
KOTA MALANG  
Sekretaris,  
  
dr. UMAR USMAN  
Pembina  
NIP. 19691111 199903 1 007

## Lampiran 4. Layak Etik Penelitian



Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Malang  
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
Jalan Besar Ijen Nomor 77 C Malang  
(0341) 566075  
komisietik@poltekkes-malang.ac.id

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
"ETHICAL APPROVAL"

No.DP.04.03/F.XXI.31/0517/2024

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

**Peneliti utama** : ANAK AGUNG ISTRI OKTAVIANI  
DHARMAYANTI

*Principal In Investigator*

**Nama Institusi** : POLITEKNIK KESEHATAN  
KEMENKES MALANG

*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"PENGARUH PENDAMPINGAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG PEMBERIAN MAKANAN PADA BALITA GIZI KURANG USIA 12-59 BULAN DI KELURAHAN KARANGBESUKI, KECAMATAN SUKUN, KOTA MALANG"**

*"THE EFFECT OF NUTRITIONAL ASSISTANCE ON MOTHER'S KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT FOOD DELIVERY TO CHILDREN UNDERNOURISHED THE AGE OF 12-59 MONTHS IN KARANGBESUKI VILLAGE, SUKUN DISTRICT, MALANG CITY"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 28 Mei 2024 sampai dengan tanggal 28 Mei 2025.

*This declaration of ethics applies during the period May 28, 2024 until May 28, 2025. May 28, 2024*  
*Professor and Chairperson,*



Dr. Susi Milwati, S.Kp., M.Pd.

## *Lampiran 5. Penjelasan Sebelum Penelitian*

### **Penjelasan Sebelum Persetujuan Mengikuti Penelitian (PSP)**

#### **Judul Penelitian**

“Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian Makanan pada Balita Gizi Kurang Usia (12-59) Bulan di Kelurahan Karangbesuki, Kecamatan Sukun, Kota Malang”

Terimakasih kepada Ibu telah meluangkan waktu untuk membaca formulir ini. Pastikan Ibu membaca seluruh halaman yang tersedia. Ibu telah diundang untuk ikut serta dalam penelitian, berikut penjelasannya:

#### **Penjelasan:**

Pada formulir informasi ini, Ibu akan mendapatkan informasi terkait segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian ini. Penjelasan tersebut berisi tentang tahapan penelitian yang disampaikan secara jelas dan terbuka. Penjelasan ini diharapkan dapat membantu Ibu dalam memutuskan apakah Ibu bersedia atau tidak bersedia mengikuti penelitian ini. Ibu diharapkan untuk membaca formulir informasi ini dengan seksama. Ibu dapat bertanya mengenai informasi yang terkait dengan penelitian ini pada peneliti yang bersangkutan.

Partisipasi Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela. Jika Ibu tidak berkenan untuk mengikuti penelitian ini, Ibu tidak harus mengikuti penelitian ini. Ibu juga diperbolehkan untuk keluar dari penelitian ini sewaktu-waktu. Hal tersebut tidak akan mempengaruhi akses pelayanan kepada Ibu.

Jika Ibu sudah memahami informasi tentang penelitian ini dan bersedia ikut serta, Ibu dapat menandatangani formulir persetujuan pada akhir penjelasan informasi ini. Peneliti akan memberikan Salinan formulir ini untuk disimpan oleh Ibu.

#### **Perkenalan**

Saya Anak Agung Istri Oktaviani Dharmayanti, mahasiswa semester VII dari Program Studi D-IV Gizi, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes

Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian Makanan pada Balita Gizi Kurang Usia (12-59) Bulan di Kelurahan Karangbesuki, Kecamatan Sukun, Kota Malang”.

### **Prosedur**

Pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan wawancara, pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) yang kiranya membutuhkan waktu 45-60 menit. Cara ini mungkin akan mengganggu waktu Ibu, namun Ibu tidak perlu khawatir karena jadwal pengambilan data akan diatur dan disesuaikan dengan jadwal Ibu agar tidak mengganggu waktu Ibu dalam beraktivitas. Kemudian akan diberikan penjelasan terkait pengambilan data sebagai bahan penelitian, memberikan penjelasan mengenai manfaat yang akan Ibu dapat jika Ibu berpartisipasi dalam penelitian ini.

### **Manfaat**

Manfaat dari penelitian ini adalah Ibu akan mendapatkan informasi tentang pengertian gizi balita, kebutuhan gizi balita, pengertian gizi kurang, penyebab gizi kurang, dampak gizi kurang, pencegahan gizi kurang, pola pemberian makan pada anak balita, pengaruh makanan untuk pemulihan balita gizi kurang serta peneliti akan memberikan solusi, nasihat dan motivasi terhadap masalah gizi balita yang Ibu hadapi.

### **Kerahasiaan**

Data yang didapat hanya akan digunakan dalam penelitian ini dan tidak akan disebar luaskan untuk tujuan lain. Penelitian ini tidak akan memungut biaya apapun.

### **Rujukan**

Jika ibu membutuhkan informasi lebih lanjut mengenai penelitian atau Ibu ingin berbicara dengan peneliti pada kondisi darurat, silahkan menghubungi:

Anak Agung Istri Oktaviani Dharmayanti Jl. Bunga Pinang Merah II No.37, Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Telp. 081359157308

Lampiran 6. Informed Consent

FORMULIR PERSETUJUAN UNTUK PERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Ibu : MILA

Nama Balita : Idris Garendra Ardhyas

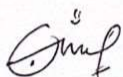
Alamat: Jl. Candi GA no 4A

Menyatakan ~~setuju/tidak setuju~~ (coret salah satu) untuk mengikuti dan berpartisipasi dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian Makanan pada Balita Gizi Kurang Usia (12-59) Bulan di Kelurahan Karangbesuki, Kecamatan Sukun, Kota Malang".

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Peneliti,

Responden Penelitian,



Anak Agung Istri Oktaviani D



(.....MILA.....)

Lampiran 7. Kuesioner Penelitian

Nomor Kode:

KUISIONER

IBU BALITA

Hari/ Tanggal Wawancara : Jumat / 22 September 2023

Pewawancara : Araf Agung Isti Octavian D.



Pewawancara,

Responden,

Araf Agung Isti Octavian

MILA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK KESEHATAN  
KEMENKES MALANG

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2023



## A. IDENTITAS RESPONDEN

### A. IDENTITAS RESPONDEN

Identitas Ibu Balita		
1.	Nama	MICA
2.	Usia	24 tahun
3.	Alamat	Jl. Candi GA No 9A
4.	Pendidikan	SD
5.	Jumlah anggota keluarga	9 orang
6.	Pekerjaan	
	a. Suami	Guru
	b. Istri	IRT
	c. Lain-lain	-
7.	Pendapatan Keluarga (Rata-rata pendapatan utama dan sampingan per bulan)	
	a. Suami	1.200.000
	b. Istri	-
	c. Lain-lain	-
Identitas Balita		
1.	Nama	Idris Gaudra Ardhyas
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki
3.	Tanggal Lahir	19 - 09 - 2020
4.	Umur (bulan)	3 Tahun bulan
5.	Balita ke	2
6.	Jumlah Saudara	2
7.	Berat badan lahir	2,800 kg
8.	Panjang badan lahir	49 cm
9.	Berat badan sekarang	10,85 kg
10.	Tinggi/Panjang Badan	88 cm

## B. Pengetahuan

### Pertemuan 1

#### KUESIONER PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA PEMBERIAN MAKAN

#### Petunjuk Pengisian

1. Semua pertanyaan dibawah ini adalah mengenai pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan.
2. Pilihlah jawaban yang anda anggap paling tepat dengan memberikan tanda (x) pada pilihan abjad yang ada!

#### Soal :

1. Pola makan juga harus mulai dilatih memperhatikan gizi seimbang yang juga memperhatikan pembagian makan seperti ....
  - a. Makanan yang tercukupi
  - b. Gizi yang seimbang
  - c. Porsi makanan yang lebih banyak
  - d. Jenis makanan yang digemari oleh anak
  - e. Pembagian jenis, sumber makanan, frekuensi makanan dan jumlah makanan yang diberikan
2. Upaya yang harus dilakukan oleh ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita diantaranya adalah ....
  - a. Menyiapkan makanan yang cukup untuk anak
  - b. Memberikan makanan cepat saji agar anak mau makan
  - c. Memberikan makan saat anak hanya merasa lapar saja
  - d. Memberikan ASI saja tanpa makanan pokok lain ataupun buah
  - e. Membuat makanan, menyiapkan makanan dan memberikan makanan

3. Pola makan ialah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai frekuensi dan jenis bahan makanan yang dimakan setiap hari. Faktor yang mempengaruhi pola pemberian makan adalah ....

- a. Status sosial ekonomi
- b. Pendidikan
- c. Lingkungan sekitar
- d. Semua benar
- e. Sosial budaya dan agama

4. Kelompok umur anak usia 1-3 tahun dianjurkan takaran konsumsi jenis dan jumlah makanan serta frekuensi makan yang bagaimana menurut ibu ....

- a. Memberikan makanan keluarga 3X sehari, sebanyak  $\frac{1}{3}$  –  $\frac{1}{2}$  porsi makan orang dewasa yang terdiri dari nasi, lauk – pauk, sayur dan buah
- b. Memberikan Asi Eksklusif dengan frekuensi makan sesering mungkin
- c. Memberikan makanan lumat dengan frekuensi makan 1X sehari, 2 sendok makan setiap kali makan
- d. Memberikan makanan cair dengan frekuensi makan 3X sehari setiap kali makan memberikan makanan padat dan lauk – pauk, sayur dan buah yang bergizi seimbang
- e. Memberikan makanan padat dan lauk-pauk, sayur dan buah yang bergizi seimbang

5. Tujuan dalam pemberian makan adalah untuk pemenuhan gizi anak, mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai macam makanan dan mengembangkan kemampuan anak untuk mengunyah dan menelan. Dalam pemberian makan juga ada persyaratan dalam pemberian makan, yang bukan termasuk persyaratan tersebut adalah ....

- a. Tepat waktu
- b. Adekuat
- c. Waspada
- d. Aman
- e. Tepat cara pemberian

## Pertemuan 2

### KUESIONER PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA PEMBERIAN MAKAN

#### Petunjuk Pengisian

1. Semua pertanyaan dibawah ini adalah mengenai pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan.
2. Pilihlah jawaban yang anda anggap paling tepat dengan memberikan tanda (x) pada pilihan abjad yang ada!

#### Soal :

1. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal merupakan pengertian dari ....
  - a. Gizi Normal
  - b. Gizi Buruk
  - c. Gizi Seimbang
  - d. Gizi Kurang
  - e. Gizi Cukup
2. Ibu dan keluarga harus membiasakan memberi asupan gizi yang baik, maka dari itu pemenuhan gizi anak untuk usia 12-24 bulan yang baik adalah ....
  - a. Berikan 3X sehari, sebanyak 1/3 porsi makan orang dewasa yang terdiri dari nasi, lauk-pauk, dan buah
  - b. Berikan full ASI dan makanan yang cukup
  - c. Berikan biskuit dan kue
  - d. Berikan makanan kaya gizi dan vitamin
  - e. Berikan makanan sesuai dengan porsi makanan keluarga agar tercukupi
3. Ibu dan keluarga harus membiasakan memberi asupan gizi yang baik, maka dari itu pemenuhan gizi anak untuk usia 24-59 bulan yang baik adalah ....
  - a. Berikan sayur dan buah yang banyak mengandung vitamin
  - b. Berikan makanan keluarga 3X sehari, sebanyak 1/3 – 1/2 porsi makan orang dewasa yang terdiri dari nasi, lauk – pauk, sayur dan buah
  - c. Tidak memperhatikan jarak pemberian makanan keluarga dan makanan selingan
  - d. Memberikan makanan kaya gizi seimbang
  - e. Berikan full ASI dan makanan kaya gizi seimbang

4. Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dengan memperhatikan prinsip gizi seimbang. Yang merupakan salah dalam prinsip gizi seimbang adalah ....
- a. Mengonsumsi makanan beraneka ragam
  - b. Menerapkan pola hidup bersih dan sehat
  - c. Pentingnya pola hidup aktif dan berolahraga
  - d. Menjaga berat badan ideal
  - e. Mengatur porsi makan yang cukup
5. ASI adalah satu-satunya makanan yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan bayi pada usia berapa ....
- a. 2 Tahun
  - b. 3 Tahun
  - c. 4 Tahun
  - d. 6 Bulan
  - e. 5 Tahun

### Pertemuan 3

#### KUESIONER PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA PEMBERIAN MAKAN

##### Petunjuk Pengisian

1. Semua pertanyaan dibawah ini adalah mengenai pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan.
2. Pilihlah jawaban yang anda anggap paling tepat dengan memberikan tanda (x) pada pilihan abjad yang ada!

##### Soal :

1. Pola makan merupakan faktor yang berhubungan untuk mempertimbangkan angka kecukupan gizi. Yang merupakan angka kecukupan gizi yang dimaksud adalah ....  
 a. Karbohidrat  
b. Zat besi  
c. Kalium  
d. Natrium  
e. Vit.A
2. Jadwal ibu melakukan pemberian makan pada anak adalah ....  
a. 2 kali makanan utama (pagi dan sore) dan 2 kali makanan selingan (diantara dua kali makan utama)  
b. 1 kali makanan utama (pagi hari) dan 2 kali makanan selingan (diantara dua kali makanan utama)  
 c. 3 kali makanan utama (pagi,siang,malam) dan 2 kali makanan selingan (diantara dua kali makanan utama)  
d. 4 kali makanan utama (pagi,siang,sore,malam) dan 2 kali makanan selingan (diantara dua kali makanan utama)  
e. 3 kali makanan utama (pagi,siang,malam) dan 3 kali makanan selingan
3. Pola makan yang tidak seimbang antara asupan dengan kebutuhan baik jumlah maupun jenis makanannya akan menimbulkan ....  
a. Gizi kurang  
 b. Kurus  
c. Normal  
d. Obesitas / Kegemukan  
e. Sangat kurus

4. Pilihan menu makanan yang paling bergizi untuk balita adalah ....
- a. Nasi putih, jagung, tempe, gorengan
  - b. Nasi putih, ikan, ayam, sambal
  - c. Nasi putih, ayam, daging, gorengan
  - d. Nasi putih, ayam, susu, sambal, buah
  - e. Nasi putih, ayam, sayur, pisang, susu
5. Garam yang baik untuk dikonsumsi sehari-hari adalah ....
- a. Garam yang mahal
  - b. Garam yang beryodium
  - c. Garam yang murah
  - d. Garam yang asin
  - e. Garam pasar

#### Pertemuan 4

#### KUESIONER PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA PEMBERIAN MAKAN

##### Petunjuk Pengisian

1. Semua pertanyaan dibawah ini adalah mengenai pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan.
2. Pilihlah jawaban yang anda anggap paling tepat dengan memberikan tanda (x) pada pilihan abjad yang ada!

##### Soal :

1. Tujuan dalam pola pemberian makan adalah ....
  - a. Agar anak dapat merasa kenyang saat makan
  - b. Mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai macam makanan dengan berbagai rasa dan tekstur
  - c. Makanan diberikan ketika anak merasa lapar saja
  - d. Memantau pertumbuhan anak agar baik
  - e. Memotivasi ibu agar benar dalam memberikan makan pada anak
2. Pembagian aturan jadwal makan yang baik untuk anak adalah ....
  - a. Waktu makan teratur dan tidak memberi makanan lain selain air diantara jadwal makanan
  - b. Waktu makan yang diberikan 1 jam
  - c. Memberikan makanan lain setelah makanan utama
  - d. Waktu makan disesuaikan ketika anak merasa lapar
  - e. Waktu makan hanya dibatasi 15 menit saja
3. Suatu makanan yang mengandung sumber tenaga, protein, vitamin, dan mineral disebut ....
  - a. Makanan yang bersih dan menarik
  - b. Makanan yang porsi banyak
  - c. Makanan yang bergizi
  - d. Makanan yang porsi sedikit
  - e. Makanan yang sehat dan aman
4. Mengapa kurang gizi pada balita bisa dengan mudah terjadi?
  - a. Karena asupan makan yang cukup
  - b. Karena kebanyakan mengkonsumsi sayur



- c. Karena makanan yang dikonsumsi kurang lezat
  - d. Karena makanan yang diberikan porsiya kurang banyak
  - e. Karena makanan yang dikonsumsi gagal untuk diserap oleh tubuh
5. Pernyataan dibawah ini yang benar adalah ....
- a. Gizi pada balita harus diabaikan
  - b. Gizi pada balita harus diwaspadai
  - c. Gizi pada balita harus dibiarkan
  - d. Gizi pada balita harus diperhatikan
  - e. Gizi pada balita harus normal

### C. SIKAP

#### Pertemuan 1

#### KUESIONER SIKAP IBU DALAM POLA PEMBERIAN MAKAN

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan pendapat anda dan yang anda alami.

Keterangan jawaban :

S : Setuju

R : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

No	Pernyataan	S	R	TS
1.	Ibu menggunakan bahan makanan yang masih segar dalam mengolah makanan	✓		
2.	Ibu membuat variasi menu setiap hari untuk nafsu makan anak meningkat	✓		
3.	Cara pengolahan yang Ibu lakukan dalam mengolah makanan anak bervariasi (misal: direbus, diungkep, dikukus)		✓	
4.	Ibu menambahkan bumbu penyedap tambahan di dalam makanan dalam jumlah banyak agar anak mau makan		✓	
5.	Ibu memberikan sayuran sebanyak 3 kali dalam satu hari pada waktu makan pagi, siang, dan malam			✓

**Pertemuan 2**

**KUESIONER SIKAP IBU DALAM POLA PEMBERIAN MAKAN**

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan pendapat anda dan yang anda alami.

Keterangan jawaban :

S : Setuju

R : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

No	Pernyataan	S	R	TS
1.	Ibu memberikan makanan pendamping ASI berselang seling dalam sehari	✓		
2.	Penggunaan bumbu penyedap rasa (MSG) dapat diberikan pada bayi yang berumur 6-9 bulan		✓	
3.	Bayi yang berusia 9 bulan sudah bisa diberikan makanan seperti nasi tim		✓	
4.	Pemberian MP-ASI tidak baik untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi		✓	
5.	Ibu menggunakan bahan yang berkualitas baik dalam mengolah makanan untuk anak	✓		

### Pertemuan 3

#### KUESIONER SIKAP IBU DALAM POLA PEMBERIAN MAKAN

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan pendapat anda dan yang anda alami.

Keterangan jawaban :

S : Setuju

R : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

No	Pernyataan	S	R	TS
1.	Ibu memperhatikan komposisi zat gizi pada makanan dalam menyusun menu untuk anak		✓	
2.	ibu lebih suka memberikan makanan kepada anak hasil dari olahan sendiri dibanding membeli makanan diluar	✓		
3.	Pola makan anak yang diterapkan dalam sehari terdiri dari 3 kali makan utama (pagi, siang dan malam)		✓	
4.	Ibu memberikan makanan selingan untuk anak sebanyak 2 kali dalam sehari	✓		
5.	Ibu membuat variasi penyajian makanan untuk anak meskipun dari bahan yang sama agar anak tertarik mau makan		✓	

**Pertemuan 4**

**KUESIONER SIKAP IBU DALAM POLA PEMBERIAN MAKAN**

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan pendapat anda dan yang anda alami.

Keterangan jawaban :

S : Setuju

R : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

No	Pernyataan	S	R	TS
1.	Apakah ibu setuju bahwa susu formula yang ada sekarang sudah cukup baik untuk menggantikan ASI?		✓	
2.	Anak ibu menghabiskan semua makanan yang ada dipiring/mangkok setiap kali makan	✓		
3.	Ibu memberikan anak makanan dengan menu seimbang (nasi, lauk, sayur, buah dan susu) pada anak setiap hari		✓	
4.	Ibu memberikan anak makanan dengan lauk hewani (daging, ikan, telur, dsb) 2-3 potong setiap hari	✓		
5.	Ibu memberikan makan pada anak dengan membuat jadwal makan anak		✓	

Lampiran 8. Langkah-langkah Konseling

NO	WAKTU (menit)	LANGKAH	KETERANGAN
1		Membangun dasar-dasar konseling	<i>Attending</i> , perkenalan dan menyampaikan tujuan kemudian memperoleh persetujuan untuk menjadi responden penelitian.
2	10 menit	Menggali permasalahan	Meminta izin untuk melakukan wawancara berkaitan dengan proses pengumpulan data pengkajian gizi yang kemudian diidentifikasi masalah gizi yang dihadapi responden.
3.	5 menit	Menegakkan diagnosis	Menegakkan diagnosis gizi dengan memperhatikan masalah ( <i>problem</i> ), penyebab masalah ( <i>etiologi</i> ), tanda dan gejala ( <i>symptom</i> ).
4	10 menit	Rencana intervensi gizi	Membuat rencana intervensi gizi melalui pendampingan gizi secara intensif dengan memberikan <i>feedback</i> berkaitan dengan diagnosis masalah gizi responden melalui diskusi bersama responden untuk mempertimbangkan kondisi responden agar mampu memperoleh beberapa alternatif yang dapat dipilih oleh responden.
5		Memperoleh komitmen	Memperoleh kesepakatan bersama dalam komitmen melaksanakan diet serta membuat rencana realistis (sesuai kondisi responden) yang dapat dan mampu diterapkan oleh responden.
6	5-10 menit	Monitoring dan Evaluasi	Merencanakan monitoring evaluasi atau tindak lanjut masalah gizi yang dihadapi responden, termasuk mengulang atau menanyakan apakah konseling dimengerti oleh responden.  Melakukan kunjungan selanjutnya dengan terus melihat proses dan dampak dari hasil konseling.
7		Mengakhiri proses konseling (terminasi)	Memberikan kesimpulan akhir konseling kemudian berpamitan.





## **TIM PENYUSUN**

Bastianus Doddy Riyadi, SKM., MM.

Hasan Aroni, SKM, MPH.

I Dewa Nyoman Supariasa, MPS.

I Nengah Tanu Komalyana, DCN., SE., M.Kes., RD.

Juin Hadisuyitno, SST., M. Kes.

Sugeng Iwan Setyobudi, STP, M.Kes.

Tapriadi, SKM., M.Pd.

Aliyah Nabilah Setya Febriyani

Amalya Kartika Hapsari

Anak Agung Istri Oktaviani D

Dewi Sofianilati

Reny Seftiani

Tessalonica Ananda Hardani







## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan YME yang telah memberikan kesempatan dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Buku Pedoman Pendampingan Gizi untuk ibu yang memiliki balita dengan masalah gizi kurang (*Wasting*).

Buku Pedoman Pendampingan Gizi ini berisi tentang gizi kurang, pola asuh, dan praktik ibu dalam pemberian makan balita, angka kecukupan gizi balita serta contoh makanan, resep dan menu bagi balita, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian makan dan memperbaiki tingkat konsumsi balita. Buku Pedoman Pendampingan Gizi ini ditujukan kepada ibu balita gizi kurang.

Penulis menyadari bahwa Buku Pedoman Pendampingan Gizi ini perlu diperbaiki lagi. Dan tak lupa ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya Buku Pedoman Pendampingan Gizi. Semoga dapat mengambil manfaat dari Buku Pedoman Pendampingan Gizi ini.





# DAFTAR ISI

Pengertian Gizi Kurang.....	1
Penyebab Gizi Kurang.....	3
Dampak Gizi Kurang.....	4
Upaya Pencegahan Gizi Kurang.....	5
Pengukuran Antropometri Anak.....	7
Alur Deteksi Dini Gizi Buruk.....	8
Pengertian Gizi Seimbang .....	9
Kebutuhan Gizi Balita.....	15
Asupan Zat Gizi.....	17
Pola Pemberian Makan.....	25
Form Monitoring.....	30



## **PENDAMPINGAN GIZI**

Pendampingan gizi adalah kegiatan dukungan dan layanan bagi keluarga agar dapat mencegah dan mengatasi masalah gizi anggota keluarganya. Pendampingan dilakukan dengan cara memberikan perhatian, menyampaikan pesan, menyemangati, mengajak, memberikan pemikiran atau solusi, menyampaikan layanan atau bantuan, memberikan nasihat, merujuk, menggerakkan dan bekerja sama.

Pendampingan gizi dilaksanakan dengan prinsip-prinsip :

- Pemberdayaan keluarga atau pendamping berperan sebagai bagian dari keluarga dan masyarakat yang didampingi.
- Melibatkan keluarga atau masyarakat secara aktif.
- Tenaga pendamping hanya berperan sebagai fasilitator.

# MASALAH GIZI KURANG



Gizi kurang disebabkan karena tubuh tidak mendapatkan asupan zat gizi yang cukup dalam jangka waktu tertentu, pada balita akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan.

## Contoh Masalah Gizi Kurang Pada Balita



**Stunting**  
(Balita Pendek)



**WASTing**  
(Balita Kurus/sangat kurus)



**GIZI BURUK**



**UNDERWEIGHT**



**KWASHIORKOR DAN MARASMUS**

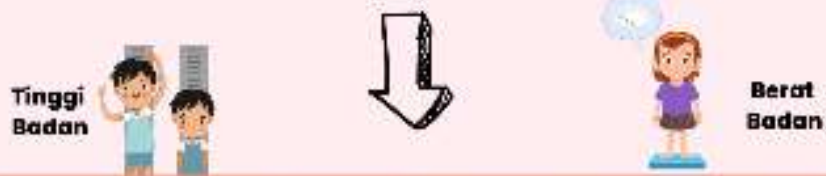


**ANEMIA**



**(GAKI)**  
**GANGGUAN AKIBAT KEKURANGAN IODIUM**

# GIZI KURANG



Gizi kurang adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada  $-3$  SD s/d  $<-2$  SD (*wasted*) dan  $-3$  SD (*Severely wasted*).

## CIRI - CIRI ANAK YANG BERISIKO GIZI KURANG atau GIZI BURUK :



- Status gizi usia 6 - 59 bulan menurut BB/PB atau BB/TB yaitu  $<-3$  SD s/d  $<-2$  SD (*wasted*) dan  $<-3$  SD (*Severely wasted*).
- LILA antara 11,5 cm s/d  $<12,5$  cm untuk usia 12 - 59 bulan.
- Terdapat Pitting edema pada kedua punggung kakinya
- Anak terlihat kurus
- Mudah terserang penyakit





## GIZI KURANG

Masalah gizi yang ditandai dengan penurunan berat badan seiring waktu hingga total berat badan berdasarkan tinggi badannya rendah atau dibawah kurva standar pertumbuhan.

### PENYEBAB GIZI KURANG

#### PENYEBAB LANGSUNG



Asupan Makanan yang Kurang



Adanya Penyakit Infeksi

#### PENYEBAB TIDAK LANGSUNG



Masalah Sosial-Ekonomi



Kurangnya Pengetahuan



Pola Asuh Yang Kurang Tepat



Sanitasi Yang Kurang Memadai

# DAMPAK GIZI KURANG



**Gangguan Kesehatan  
Mental dan Emosional**



**Gangguan  
Pertumbuhan**



**Penurunan Daya  
Tahan Tubuh**



**Kematian**



# UPAYA PENCEGAHAN



**Pemberian ASI  
Eksklusif Selama 6  
Bulan**



**Memantau  
Pertumbuhan  
Balita**



**Cuci Tangan  
Pakai Sabun  
dan Air  
Mengalir**



**Imunisasi Dasar  
Lengkap**



**Pemenuhan  
Kebutuhan Gizi**



## HUBUNGAN MAKANAN UNTUK PENCEHAHAN DAN MENANGGULANGI MASALAH GIZI

Salah satu penyebab masalah gizi kurang pada anak balita adalah karena kekurangan asupan makanan. Maka dari itu, makanan yang dikonsumsi berfungsi membantu tubuh memenuhi kecukupan zat gizi.



Pola makan juga harus mulai dilatih memperhatikan gizi seimbang yang juga memperhatikan pembagian jenis, sumber makanan, frekuensi pemberian makanan, dan jumlah makanan yang diberikan.

**Perhatikan pemilihan makanan untuk anak antara lain:**



Makanan yang sehat, beragam, bergizi seimbang, dan terhindar dari 5p (pengawet, pewarna, perasa, penyedap, dan pemanis).

# PENGUKURAN ANTROPOMETRI ANAK



Berat Badan (BB) / Weight adalah gambaran massa tubuh seseorang. Pengukuran Berat Badan pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan alat Timbangan Digital dan *Baby Scale*.



Panjang Badan (PB) / Height digunakan untuk anak usia 0 sampai 24 bulan yang diukur terentang, tetapi bila anak usia 0-24 bulan diukur berbaring maka hasil pengukurannya ditambah 0,7 cm. Alat yang digunakan adalah Infantometer Board.



Panjang Badan (PB) / Height digunakan untuk anak usia > 2 tahun (> 24 bulan) yang diukur dengan berdiri. Tetapi bila anak usia > 2 tahun diukur tinggi badannya telentang maka hasil pengukurannya dikurangi 0,7 cm. Alat yang digunakan adalah Stadiometer.

Pantau Pertumbuhan Anak secara Rutin!!!

MENCUNJUNGI POSYANDU SESUAI JADWAL



# ALUR DETEKSI DINI BALITA GIZI BURUK

- Hasil pengukuran berat badan balita tidak naik, BMI, ULA warna kuning ( $11,5 < < 12,5$  cm) dan Merah ( $< 11,5$  cm)
- Balita (8 - 59 bulan) dengan ULA warna hijau, terlihat sangat kurus
- Balita terindikasi mengalami hambatan pertumbuhan
- Balita dengan pitting edema bilateral
- Bayi < 6 bulan yang mengalami kesulitan menyusui



## PUSKEMAS/FASYANKES

Konfirmasi status gizi buruk dengan pemeriksaan klinis dan antropometri menggunakan indikator BE/PS atau BE/TB atau ULA

- Dengan skala atau lebih tanda berikut:
- BE/PS atau BE/TB  $< 3$  SD
  - ULA antara  $11,5$  cm  $< < 12,0$  cm (balita usia 6-59 bulan)
  - Tidak ada edema

### GIZI KURANG

PMT Pemulihan, Penimbangan rutin, Konseling PMMA, Konseling Gizi Salimbang sesuai Usia Anak

- Balita 6-59 bulan:**  
Dengan skala atau lebih tanda berikut:
- Edema minimal pada kedua tungkai/kaki/tangan (derajat 1 atau 2)
  - BE/PS atau BE/TB  $< 3$  SD, ULA  $< 11,5$  cm

### GIZI BURUK

Tanpa Komplikasi Medis: Rawat Jalan  
Dengan Komplikasi Medis: Rawat Inap di Puskesmas (I, II, III)

- Balita lebih atau sama dengan 6 bulan dengan BE  $< 4$  kg**

- Bayi < 6 bulan:**  
Dengan satu atau lebih tanda berikut:
- BE/PS  $< 1,5$  SD
  - Ada edema
  - Tidak mampu untuk menyusui
  - BE tidak naik atau BE turun
  - Terkadang tanda komplikasi



### RAWAT INAP RUMAH SAKIT



## GIZI SEIMBANG

- Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal.
- Jika seseorang mengalami kekurangan gizi, yang terjadi akibat asupan gizi di bawah kebutuhan, maka ia akan lebih rentan terkena penyakit dan kurang produktif. Sebaliknya, jika memiliki kelebihan gizi akibat asupan gizi yang melebihi kebutuhan, serta pola makan yang padat energi (kalori) maka ia akan beresiko terkena berbagai penyakit seperti diabetes, tekanan darah tinggi, penyakit jantung dsb. Karena itu, pedoman gizi seimbang disusun berdasarkan kebutuhan yang berbeda pada setiap golongan usia, status kesehatan dan aktivitas fisik.



## Gizi Seimbang Balita

Bayi dan balita termasuk salah satu kelompok yang rawan gizi. Ibu dan keluarga harus membiasakan memberi asupan gizi yang baik, selain pemilihan bahan makanan, pengolahan juga penting termasuk kebersihannya pada saat proses memasak dan penyajiannya serta cara pemberiannya pada anak. Sebaiknya setiap ibu memiliki beraneka resep masakan untuk anak, hal ini untuk mencegah dan mengurangi rasa bosan pada anak.



### Pemenuhan Gizi Anak

Usia  
**12—24**

- Teruskan pemberian ASI, Berikan makanan keluarga secara bertahap sesuai kemampuan anak,
- Berikan 3 x sehari, sebanyak 1/3 porsi makan orang dewasa terdiri dari nasi lauk-pauk, dan buah,
- Beri makanan selingan kaya gizi 2 x sehari diantara waktu makan (biskuit, kue), Perhatikan variasi makan



Usia

24 – 59

- Berikan makanan keluarga 3 x sehari, sebanyak  $1/3 - 1/2$  porsi makan orang dewasa yang terdiri dari nasi, lauk pauk, sayur, dan buah
- Berikan makanan selingan kaya gizi 2 x sehari diantara waktu makan
- Perhatikan jarak pemberian makanan keluarga dan makanan selingan

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh pemenuhan gizi sejak hamil bahkan sejak calon ibu remaja dan stimulasi sejak dalam kandungan. Pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal hanya bisa terjadi pada anak-anak yang terpenuhi kebutuhan gizi seimbang baik dari jumlah dan kualitasnya pada anak yang sehat serta terstimulasi dengan baik sesuai dengan tahapan usianya. Harus dipastikan bahwa ibu dan keluarga memahami dan memberikan yang terbaik makanan sesuai dengan kemampuan dan ketersediaan bahan makanan lokal setempat.

Pemberian gizi seimbang juga memperhatikan beberapa hal yang terkait dengan kebersihan, layak konsumsi serta menghindarkan dari hal-hal yang berdampak buruk antara lain adanya penggunaan bahan kimia yang fungsinya sebagai penyedap, pewarna, dan pengawet.



# PRINSIP GIZI SEIMBANG



Mengonsumsi makanan beraneka ragam



Menerapkan pola hidup bersih dan sehat



Pentingnya pola hidup aktif dan berolahraga



Menjaga Berat Badan Ideall



## 8 Manfaat Menerapkan Pola Makan Seimbang Untuk Anak



Makanan yang mengandung unsur gizi sangat diperlukan untuk proses tumbuh kembang. Dengan mengonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, anak akan tumbuh sehat sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi.

- **Pertumbuhan fisik yang kuat**
- **Perkembangan otak yang optimal**
- **Terlindungi dari berbagai jenis penyakit**
- **Mempertahankan kestabilan berat**
- **Mengoptimalkan fungsi organ tubuh**
- **Memiliki energi yang cukup untuk beraktivitas**
- **Menjaga kestabilan emosi**
- **Terbiasa makan dengan gizi seimbang hingga dewasa**

Anda telah memperoleh informasi terkait manfaat menerapkan pola makan seimbang, buktikan bahwa balita anda telah mendapatkan manfaat tersebut!



# Risiko Pola Makan yang Tidak Bergizi Seimbang

Pola makan yang tidak bergizi seimbang berisiko menyebabkan kekurangan gizi seperti

**Anemia**



**Berat badan kurang**

Selain itu juga



mengakibatkan

**Gizi berlebih (Obesitas)**

Obesitas dapat berisiko terjadinya penyakit degeneratif seperti



**Jantung koroner**



**Diabetes melitus**



**Hipertensi**





## Angka Kecukupan Gizi Rata-rata yang dianjurkan bagi Anak

Usia	Energi (Kkal)	KH (gram)	Protein (gram)	Lemak (gram)	Besi (mg)	Zink (mg)	Vit.C (mg)
1 - 3 tahun	1250	215	20	45	7	3	40
4 - 6 tahun	1400	220	25	50	10	5	45

## Angka Kecukupan Gizi Rata-rata yang dianjurkan bagi Anak

Bahan	Bayi 6 – 12 Bulan (900 Kkal)	Anak 1 – 3 Tahun (1.200 Kkal)	Anak 4 – 5 Tahun (1.700 Kkal)
Nasi	1½ gelas tim halus	2 ½ gelas	3 gelas
Daging/ tempe/ telur/ ikan	1 potong	1 – 2 potong	2 – 4 potong
Sayuran	2 sendok makan	1 ½ gelas	2 gelas
Buah	1 buah/potong	3 buah/potong	3 buah/potong
ASI	lanjutkan	Hingga 2 tahun	-
Susu	-	1 gelas	1 gelas
Minyak	1 sendok makan	1 ½ sendok makan	2 sendok makan
Gula	-	2 sendok makan	2 sendok makan



# ASUPAN ZAT GIZI

## Energi

Asupan energi diperlukan oleh tubuh untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, aktivitas otot, fungsi metabolik (menjaga suhu tubuh, menyimpan lemak tubuh), memperbaiki kerusakan jaringan dan tulang yang dapat disebabkan karena sakit dan cedera. Sumber energi makanan berasal dari karbohidrat, protein dan lemak. Asupan energi tetap harus sesuai dengan kebutuhan tubuh agar terhindar dari penyakit akibat metabolisme dan pembunuan energi dalam tubuh.

### MANFAAT

Sumber tenaga

Membantu proses metabolisme tubuh

Mendukung pertumbuhan dan perkembangan manusia

### SUMBER ENERGI



Karbohidrat



Protein



Lemak





# ASUPAN ZAT GIZI

## Karbohidrat

zat gizi yang diperlukan oleh manusia yang berfungsi sebagai energi bagi tubuh manusia. Karbohidrat sebagai zat gizi merupakan nama kelompok zat-zat organik yang mempunyai struktur molekul yang berbeda, meski terdapat persamaan-persamaan dari sudut kimia dan fungsinya. Semua karbohidrat terdiri atas unsur Karbon (C), hidrogen (H), dan oksigen (O)

### MANFAAT

Sumber energi utama

Pembentukan sel, jaringan, dan organ tubuh

Menjaga keseimbangan asam dan basa

Menjaga fungsi otak

### SUMBER KARBOHIDRAT

- Gula pasir
- Gula kelapa
- Jelli/jam
- Pati (maizena)
- Bihun
- Makaroni
- Beras setengah giling
- Jagung kuning pipil
- Kerupuk udang
- Mie keriting
- Roti putih
- Ketela pohon (singkong)
- Ubi jalar merah
- Kentang
- Kacang hijau
- Kacang merah
- Kacang kedelai





# ASUPAN ZAT GIZI

## Protein

Protein merupakan bagian terbesar dalam tubuh setelah air. Seperti halnya bagian tubuh adalah protein, separuhnya ada di dalam otot, separuhnya di dalam tulang dan tulang rawan, sepersepuluh di dalam kulit, dan selebihnya di dalam jaringan lain dan cairan tubuh. Semua enzim, berbagai hormon, pengangkut zat-zat gizi dan darah, matriks intraseluler dan sebagainya adalah protein.

### MANFAAT

Membentuk ikatan-ikatan esensial

Mengatur keseimbangan air

Pembentukan antibodi

Pengangkut zat-zat gizi

## SUMBER PROTEIN

### Protein Hewani

- Telur
- Susu
- Daging
- Unggas
- Ikan
- Kerang

### Protein Nabati

- Tempe
- Tahu
- Kacang-kacangan





# ASUPAN ZAT GIZI

## Lemak

Lemak dan minyak merupakan sumber energi paling padat, yang menghasilkan 9 kkalori untuk tiap gram, yaitu 2 1/2 kali lebih besar energi yang dihasilkan oleh karbohidrat dan protein dalam jumlah yang sama. Sebagai simpanan lemak, lemak merupakan cadangan energi tubuh paling besar.

### MANFAAT

Sumber Energi

Sebagai Pelumas

Sumber Asam Lemak Esensial

Memelihara Suhu Tubuh

Wali Angkut Vitamin Larut Lemak

Pelindung Organ Tubuh

Mempertahankan Rasa Kenyang dan Kelezatan

### SUMBER LEMAK

- Ayam
- Daging sapi
- Telur bebek
- Ugang segar
- Tawes
- Sarden dalam kaleng
- Lemak sapi
- Mentega
- Margarin
- Minyak kacang tanah
- Minyak kelapa sawit
- Minyak kelapa
- Keju
- Susu kental manis
- Susu sapi segar
- Tepung susu
- Cokelat manis batang
- Alpukat





# ASUPAN ZAT GIZI

## Zat Besi

Zat gizi yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia, yaitu sebanyak 3-5 gram di dalam tubuh manusia dewasa. Memiliki beberapa fungsi esensial bagi tubuh seperti sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut elektron di dalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai reaksi enzim di dalam jaringan tubuh.

### MANFAAT

Membantu pembentukan sel darah merah dan sel otot

Metabolisme energi

Sistem kekebalan tubuh

### SUMBER ZAT BESI

- Tempe kacang kedelai murni
- Kacang kedelai
- Kacang hijau
- Kacang merah
- Kelapa tua, daging
- Udang segar
- Hati sapi
- Daging sapi
- Telur bebek
- Telur ayam
- Ikan segar
- Ayam
- Gula kelapa







# ASUPAN ZAT GIZI

## Zink

Zink atau seng merupakan salah satu mineral mikro yang dibutuhkan oleh semua bentuk kehidupan termasuk hewan, tanaman, dan mikroorganisme. Zink ini salah satu mineral yang dibutuhkan oleh tubuh dan unsur paling banyak di intraseluler, zink sebagian besar terakumulasi di hati, ginjal, otot, pankreas, dan tulang. Selain itu, zink juga banyak terkandung pada jaringan bagian mata, spermatozoa, kelenjar prostat, rambut, kuku, dan kulit.

### MANFAAT

- Fungsi Enzim
- Fungsi Kekebalan Tubuh
- Fungsi Antioksidan
- Sitoproteksi
- Pengembangan Fungsi Reproduksi
- Struktur dan Fungsi Protein
- Berperan dalam Aspek Metabolisme

### SUMBER ZINK

- Daging
- Hati
- Unggas
- Kerang
- Telur
- Ikan
- Susu
- Keju
- Gandum
- Ragi
- Selada
- Roti

Sumber zink terbaik terdapat pada daging dan makanan laut.





# ASUPAN ZAT GIZI

## Vitamin C

Vitamin C adalah kristal putih yang mudah larut dalam air. Dalam keadaan kering vitamin C cukup stabil, tetapi dalam keadaan larut, vitamin C mudah rusak karena bersentuhan dengan udara (oksidasi) terutama bila terkena panas.

### MANFAAT

Kofaktor dan Koenzim

Sintesis Kolagen

Mencegah Infeksi

Absorpsi dan Metabolisme Besi

Membantu Pertumbuhan Tulang dan Gigi

Pembentukan sel darah merah dan sumsum tulang



### SUMBER VITAMIN C

- Daun singkong
- Daun katuk
- Daun melinjo
- Daun pepaya
- Sawi
- Bayam
- Kangkung
- Ketela pohon
- Kol kembang
- Tomat masak
- Kemangi
- Gandaria (masak)
- Jambu monev buah
- Jambu biji
- Pepaya
- Mangga muda
- Rambutan
- Jeruk manis



## UPAYA IBU DALAM PEMENUHAN NUTRISI PADA BALITA



upaya yang harus dilakukan oleh ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita diantaranya adalah

1

**Membuat Makanan**



2

**Menyiapkan Makanan**



3

**Memberikan Makanan**



## POLA PEMBERIAN MAKAN

Frekuensi dan jenis bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas suatu kelompok untuk masyarakat tertentu. Pola makan merupakan faktor yang berhubungan seharusnya mempertimbangkan angka kecukupan gizi, baik dari segi karbohidrat, protein, lemak maupun mineral.



Bagaimana pola makan yang tidak seimbang



Pola makan yang tidak seimbang seperti: makan makanan yang tinggi lemak, kurang mengonsumsi sayuran, buah dan sebagainya juga makan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh bisa menyebabkan obesitas atau atau kegemukan. Pola makan menunjukkan cara pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi seseorang bagi seseorang diwujudkan dalam bentuk konsumsi jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makan.



## FAKTOR YANG MEMPENGARUHI POLA PEMBERIAN MAKAN

**STATUS SOSIAL EKONOMI**



**Pendidikan**

**LINGKUNGAN SEKITAR**



**SOSIAL BUDAYA  
&  
AGAMA**

## POLA PEMBERIAN MAKAN SESUAI USIA

Pola pemberian makan anak harus disesuaikan dengan usia anak supaya tidak menimbulkan masalah kesehatan. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), umur dikelompokkan menjadi 0-6 bulan, 7-12 bulan, 1-3 tahun dan 4-6 tahun dengan tidak membedakan jenis kelamin. Ukuran konsumsi makanan sehari dapat dilihat pada tabel di bawah ini.



**Tabel Takaran Konsumsi Makanan Sehari pada Anak**

Kelompok Umur	Jenis dan Jumlah Makanan	Frekuensi Makan
Bulan	ASI Eksklusif	Sesering mungkin
4 – 6 bulan	Makanan Lumat	1x sehari, 2 sendok makan setiap kali makan
7 – 12 bulan	Makanan Lembek	2x sehari, 2x selingan
1 – 3 tahun	Makanan keluarga: 1 - 1/2 Porsi nasi atau pengganti 2 -2 potong buah-buahan 1 – 2 potong lauk nabati 1/2 mangkuk sayur 1 gelas susu	3x sehari
4 – 6 tahun	1 - 3 piring nasi atau pengganti 2 – 3 potong lauk hewani 1 – 1/2 mangkuk sayur 2 – 2 potong buah-buahan 1 – 2 gelas susu	3x sehari

## PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA (12-59 BULAN)

Jadwal pemberian makan anak adalah 3 kali makanan utama (pagi, siang, malam) dan 2 kali makanan selingan (diantara dua kali makan utama).

### MAKANAN ANAK SEHAT



#### Zat Tenaga

nasi, roti, mi, pinut, jagung, ubi, singkong, tepung, tepungon, gula, dan minyak



#### Zat Pengatur

sayur dan buah terutama yang berwarna hijau dan kuning



#### Zat Pembangun

ikan, ayam, telur, daging, susu, kacang-kacangan, tahu, dan tempe



#### Air

fungsi penting dalam tubuh sebagai pelarut

### TANDA BAYI LAPAR ATAU KENYANG

#### Lapar

- Ronggong usus sewaktu didudukan di kursi makannya
- Gerakan menghisap atau mengocokkan bibir
- Membuka mulut ketika melihat sendok/makanan
- Memusulkan tangan ke dalam mulut
- Merangis atau rewel karena ingin makan
- Mencondongkan tubuh ke arah makanan atau berusaha menjangkaunya

#### Kenyang

- Memalingkan muka atau menutup mulut ketika melihat sendok berisi makanan
- Menutup mulut dengan tangannya
- Bercak atau menangis karena terus diberi makan
- Terlihat





## TUJUAN PEMBERIAN MAKANAN

- Memenuhi kebutuhan gizi anak
- Mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai macam makanan dengan berbagai rasa dan tekstur
- Mengembangkan kemampuan anak untuk mengunyah dan menelam (keterampilan oromotor)

### PERSYARATAN PEMBERIAN MAKANAN



**Tepat Waktu**



**Aman**



**Adekuat**



**Tepat Cara Pemberian**

### ATURAN MAKAN BAGI ANAK

“

#### Jadwal >>>

- Waktu makan teratur
- Waktu makan tidak lebih dari 30 menit
- Tidak memberikan makanan lain selain air di antara jadwal makan

#### Lingkungan >>>

- Tidak ada paksaan
- Bersih
- Tidak sambil bermain, nonton TV, dsb
- Makanan bukan sebagai hadiah

#### Tata Cara >>>

- Porsi kecil/ jumlah sedikit
- Mulai dengan yang padat, kemudian diberikan cairan
- Motivasi untuk makan sendiri
- Angkat makanan bila anak mulai memainkan atau membuang makanannya setelah 10 – 15 menit makan
- Membersihkan mulut anak hanya dilakukan setelah makan selesai





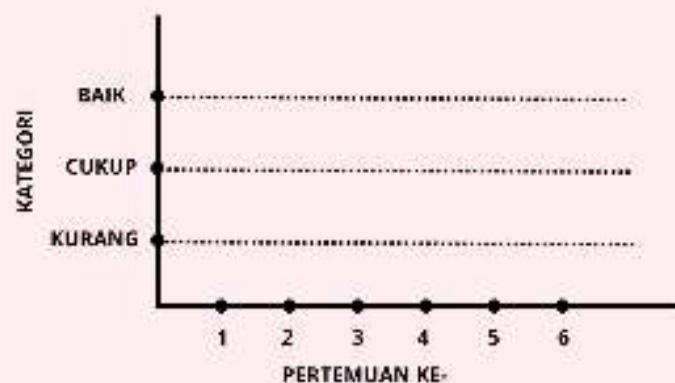
# FORMULIR MONITORING PENGETAHUAN IBU BALITA

## Penjelasan Umum:

1. Formulir ini diisi oleh tenaga pendamping gizi pada setiap kunjungan
2. Dalam satu formulir digunakan untuk 1 (satu) keluarga sasaran
3. Formulir ini digunakan untuk mencatat dan mengukur tingkat pengetahuan ibu balita
4. Pada akhir kunjungan, pendamping memberikan kesimpulan atas materi yang telah diberikan selama pendampingan

## Kategori Pengukuran Pengetahuan

- Baik :  $x > \text{skor mean} + 1\text{SD}$
- Cukup :  $\text{skor mean} - 1\text{SD} < x < \text{skor mean} + 1\text{SD}$
- Kurang :  $x < \text{skor mean} - 1\text{SD}$



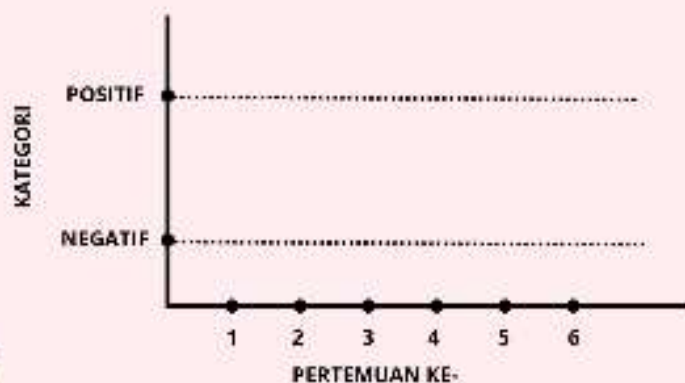
# FORMULIR MONITORING SIKAP IBU BALITA

## Penjelasan Umum:

1. Formulir ini diisi oleh tenaga pendamping gizi pada setiap kunjungan
2. Dalam satu formulir digunakan untuk 1 (satu) keluarga sasaran
3. Formulir ini digunakan untuk mencatat dan mengetahui sikap pada ibu balita
4. Pada akhir kunjungan, pendamping memberikan kesimpulan dan mengevaluasi atas sikap ibu balita selama pendampingan

## Kategori Pengukuran Sikap

- Positif atau mendukung (*favorable*) : skor T Ibu > skor T mean
- Negatif atau tidak mendukung (*non-favorable*) : skor T Ibu < skor T mean



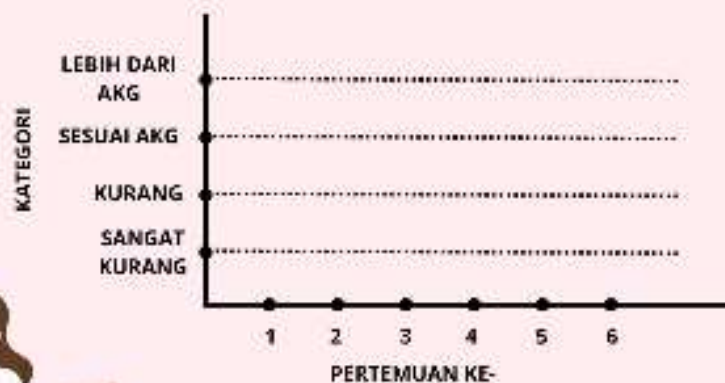
# FORMULIR MONITORING TINGKAT KONSUMSI BALITA

## Penjelasan Umum:

1. Formulir ini diisi oleh tenaga pendamping gizi pada setiap kunjungan
2. Dalam satu formulir digunakan untuk 1 (satu) keluarga sasaran
3. Formulir ini digunakan untuk mencatat dan mengukur tingkat konsumsi balita
4. Pada akhir kunjungan, pendamping memberikan kesimpulan atas evaluasi terhadap makanan yang telah di konsumsi oleh

## Kategori Pengukuran Tingkat Konsumsi

- Sangat Kurang :  $< 70\%$  AKE
- Kurang :  $70 - < 100\%$  AKE
- Sesuai AKG :  $100 - < 130\%$  AKE
- Lebih dari AKG :  $> 130\%$  AKE



# FORMULIR MONITORING PENDAMPINGAN

## Penjelasan Umum:

1. Formulir ini diisi oleh tenaga pendamping gizi pada setiap kunjungan
2. dalam satu formulir digunakan untuk 1 (satu) keluarga sasaran
3. Formulir ini digunakan untuk mencatat permasalahan gizi balita dan nasehat yang diberikan kemudian diberikan tindak pada setiap kasus ibu balita
4. pada akhir kunjungan, pendamping memberikan kesimpulan atas pendampingan gizi yang telah dilakukan.

## Penjelasan Cara Pengisian:

1. Formulir diisi ketika kunjungan dengan menuliskan keterangan hari/tanggal kunjungan, dan kunjungan ke-
2. Formulir diisi sesuai dengan hasil wawancara permasalahan gizi pada anak balita (jika ada) kemudian dituliskan keterangan terkait nasehat dan tindak lanjut.

### Pendampingan Ke-1

Hari/ Tanggal:

Tingkat Konsumsi	Kondisi Kesehatan	Keterangan
Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak Lanjut:	Tindak Lanjut:	

### **Pendampingan Ke-2**

**Hari/ Tanggal:**

Tingkat Konsumsi	Kondisi Kesehatan	Keterangan
Masalah:	Masalah:	
Nasihat:	Nasihat:	
Tindak Lanjut:	Tindak Lanjut:	

### **Pendampingan Ke-3**

**Hari/ Tanggal:**

Tingkat Konsumsi	Kondisi Kesehatan	Keterangan
Masalah:	Masalah:	
Nasihat:	Nasihat:	
Tindak Lanjut:	Tindak Lanjut:	

### **Pendampingan Ke-3**

**Hari/ Tanggal:**

Tingkat Konsumsi	Kondisi Kesehatan	Keterangan
Masalah:	Masalah:	
Nasihat:	Nasihat:	
Tindak Lanjut:	Tindak Lanjut:	





## **PENUTUP**

Demikian Buku Pedoman Pendampingan Gizi bagi ibu yang memiliki balita kurang gizi (Wasting) dan masih menjadi salah satu permasalahan gizi di Indonesia. Tak lupa penyusun mengucapkan terima kasih karena ketersediaannya untuk membaca Buku Pedoman Pendampingan Gizi ini guna peningkatan pengetahuan ibu balita. Tentunya masih banyak kekurangan karena berbagai keterbatasan penyusun baik itu berupa pengetahuan maupun bahan referensi. Oleh karena itu, masukan berupa saran dan kritik sangat penulis harapkan

Malang, Maret 2023

**Penyusun**





## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A., Tasnim, T., & Fatmawati, F. (2018). Faktor Risiko Status Gizi Wasting dalam Penerapan Full Day School pada Anak di Pendidikan Anak Usia Dini Pesantren Ummusabri Kendari. *Jurnal Gizi Ilmiah: Jurnal Ilmiah Ilmu Gizi Klinik, Kesehatan Masyarakat dan Pangan*, 5(1), 20-28.
- Afriyani, R., Malahayati, N., & Hartati, H. (2016). Faktor faktor yang Mempengaruhi Kejadian Wasting pada Balita Usia 1-5 Tahun di Puskesmas Talang Betutu Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 66-72.
- Almatsier. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT. Gramedia Pustaka Umum. Jakarta.
- AsDI, IDAI, & PERSAGI. (2019). Penuntun Diet Anak (S. S. Nasar, S. Djoko, B. Hartati, & Y. E. Budiwiarti (eds.); Edisi3). Jakarta: Badan Penerbit FKUI.
- Buku Kader Posyandu: Usaha Perbaikan Gizi Keluarga Departemen Kesehatan RI 2000 (Kesehatan, 2000)
- Danone Institute Indonesia. 2020. Gizi Seimbang.
- Diniyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). ASupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik. *Amerta Nutrition*, 1 (4), 341.
- Dr. Sentot Handoko, Sp.GK. 2020. Gizi Seimbang untuk Gaya Hidup yang Sehat.
- Fitria, N. A. 2021. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Gandeng Influencer Dalam Mengatasi Wasting .Kompasiana, diakses dari Kompasiana.com
- Hanindita, M. (2019). MommyC opeedia 567 Fakta tentang MPASI. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.





## DAFTAR PUSTAKA

- Hasibuan, F. S. (2022). Hubungan Pola Pemberian Makanan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan di Desa Aek Nauli Kecamatan Hulu Sihapas Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2022. 32-37
- Kartikasari, D., & Yusi, R. A. (2021). Buku Pintar MPASI. Yogyakarta: DIVA Press.
- Lestari, N. D. (2016). Analisis determinan gizi kurang pada balita di Kulon Progo. Yogyakarta. IJNP (Indonesian Journal of Nursing Practices), 1(1), 15-21.
- Suseno, Y. (2021). Hubungan Pengetahuan, Pola Pemberian Makan dan Status Ekonomi Keluarga Terhadap Status Gizi Balita di Wilayah Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu. 20-23.
- TheMommy101. 2019. 8 Manfaat Utama Gizi Seimbang.







# BUKU RESEP MENU MAKANAN BALITA



# RESEP MAKANAN ANAK

## SALAD BUAH SEGAR

Untuk 4 Porsi

### Bahan:

- Melon
- Mangga
- Apel
- 500 gram mayonnaise
- 250 gram yoghurt
- 250 gram kental manis
- Keju yang sudah parut

### Cara membuat:

1. Potong buah-buahan menjadi dadu berukuran kecil, lalu tuangkan semuanya ke dalam mangkuk.
2. Setelah itu, masukan bahan-bahan saus ke mangkuk berisi buah yang sudah dipotong tadi, aduk sampai rata.
3. Kemudian, taburkan parutan keju. Sajikan.



Tinggi VHA dan Kalsium

## TUR OAT JAGUNG TOPING CORNFLAKES

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 6 sdm (30 gr) oat instant
- 2 sdm (20 gr) jagung rebus
- 2 sdm (10 gr) cornflakes
- 1 1/2 gls (150 ml) susu formula

### Cara membuat:

1. kukus tahu sekitar 15 menit
2. Setelah dingin, potong dadu kemudian dimasukkan ke dalam blender tambahkan ASI/susu formula, blender sekitar 3 menit. Sajikan.



Tinggi VHA dan Fosfor  
Energi: 210 kkal  
Protein: 6,75 gr  
Lemak: 1,20 gr  
Kalsium: 40,25 gr

# RESEP MAKANAN ANAK

## AGAR-AGAR MANGGA

Untuk 4 Porsi

### Bahan:

- 2 buah (200 gr) mangga harum manis
- 1 sachet agar-agar

### Cara membuat:

1. Siapkan air 2 gelas, kemudian masukkan agar-agar setelah itu aduk-aduk hingga tercampur tanpa ada gumpalan
2. Masak dengan api sedang hingga matang, setelah matang tuang ke dalam cetakan, tunggu sekitar 10 menit, baru masukkan mangga yang sudah diblender ke dalam agar-agar. Campurkan hingga tercampur, tunggu hingga dingin, kemudian potong menjadi beberapa bagian dan sajikan



## BUBUR SUHU (SUSU TAHU)

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 1/2 gls (50 ml) ASI/susu formula
- 1 bh (50 gr) tahu ukuran sedang (3x3x7 cm)

### Cara membuat:

1. Masukkan susu ke dalam panci, kemudian tambahkan jagung manis. Aduk-aduk hingga matang
2. Setelah matang taruh dalam mangkuk saji, tambahkan topping camflakes di atasnya



# RESEP MAKANAN ANAK

## PANCAKE

### Bahan:

- 100 gram tepung terigu
- 2 sendok makan gula pasir
- Secukupnya garam
- 1 sendok teh baking powder
- 1 butir telur ayam
- 100 ml susu cair sapi
- 30 gram mentega

### Cara membuat:

1. Campur tepung terigu, gula pasir, garam, dan baking powder. Kemudian, tuang campuran telur dan susu cair. Setelah itu, aduk sampai adonan tercampur rata dan lembut. Terakhir, masukkan mentega cair, dan aduk.
2. Olesi teflon dengan sedikit mentega dan panaskan di atas kompor. Kemudian, tuang 1 centong adonan ke atas teflon.

Untuk 5 Porsi



## SARI JERUK MANIS

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 2 bh (200 gr) jeruk manis ukuran besar

### Cara membuat:

1. Sisihkan biji dan daging jeruk.
2. Kemudian peras jeruk menggunakan saringan/gunakan alat pemeras jeruk dan saringan, sajikan.



# RESEP MAKANAN ANAK

## JUS BUAH PIR

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 2 bh pir

### Cara membuat:

1. Kupas buah pir, kemudian potong-potong, masukkan ke dalam blender. Tambahkan air secukupnya. Blender sekitar 1 menit. Tuang dan sajikan



Tinggi Kalium, Kalsium & VITA  
Energi: 205,2 kJ/g  
Protein: 0,337 gr  
Lemak: 0,26 gr  
Kalsium: 44 mg - 12,48 gr

## TIM KEKANG

Untuk 5 Porsi

### Bahan:

- 2 bh (80 gr) kentang ukuran sedang
- 1/2 gls (50 gr) kangkung
- 1 ptg (50 gr) daging ukuran sedang (16x12 cm)
- 2 butir telur (kuning saja)
- 3 helai daun bawang iris tipis
- 1 slung bawang putih cincang halus

### Cara membuat:

1. Rebus kentang, dan kangkung terlebih dahulu
2. Kentang di potong dadu, untuk kangkungnya di potong kecil
3. Kocok kuning telur, tambahkan daun bawang, bawang, kangkung, dan juga kentang
4. Kemudian kukus di mangkuk kecil, setelah matang. Sajikan selagi hangat.

Tinggi Vit.C, VITA,  
Protein & Kalsium  
Energi: 181,96 kJ/g  
Protein: 2,93 gr  
Lemak: 11,23 gr  
Kalsium: 3,86 gr



# RESEP MAKANAN ANAK

## ES KRIM BUAH

### Bahan:

- 1000 gr buah naga
- 100 gr melon
- 100 gr alpukat
- 5 sdm gula pasir
- 200 ml air

### Cara membuat:

- 1 Masak air dan masukkan gula pasir, aduk hingga gula larut dan mendidih. Matikan api, angkat dan dinginkan.
- 2 Masukkan semua bahan buah-buahan ke dalam freezer hingga beku. Keluarkan buah dan blender masing-masing buah dalam keadaan beku dengan air gula secukupnya.
- 3 Siapkan cetakan es krim dan stik es krim. Jika buah yang diblender sudah halus, tuang ke dalam setiap cetakan es krim. Jangan lupa memasukkan stik es krim di tengahnya.
- 4 Masukkan lagi ke dalam freezer hingga beku.

Untuk 1 Porsi



## BOLA-BOLA TAHU

### Bahan:

- 1 buah (250 gr) tahu rebus
- 1 sdm tepung roti
- 1/2 ptg sdg (50 gr) wortel
- 1/2 ptg sdg (50 gr) wortel
- 2 ptg sdg (100 gr) daging ayam
- telur 1 butir
- minyak goreng secukupnya

### Cara membuat:

- 1 Haluskan tahu, kemudian tambahkan tepung roti, wortel, telur, dan daging ayam.
- 2 Campur hingga tercampur rata, kemudian bentuk menjadi bola-bola kemudian goreng hingga berwarna kuning keemasan. Angkat, tiriskan dan sajikan.

Untuk 1 Porsi



5

# RESEP MAKANAN ANAK

## NUGGET TAHU

Untuk 5 Porsi

### Bahan:

- 1 buah (250 gr) tahu
- 2 sdm tepung terigu
- 1 sdm tepung kanji
- 1 butir telur
- 1 ptg sdg (50 gr) daging cincang
- 3 helai daun bawang iris
- 2 siung bawang putih dihaluskan
- minyak goreng secukupnya



### Cara membuat:

1. Tahu di kukus terlebih dahulu, kemudian dihaluskan, namun jangan terlalu halus
2. Setelah tahu dihaluskan tambahkan tepung terigu, daging cincang, tepung kanji, dan telur. Campur adonan menjadi satu agar tercampur rata. Tambahkan bawang putih yang dihaluskan. Aduk rata
3. Kemudian cetak adonan sesuai keinginan
4. Panaskan minyak dengan api kecil kemudian goreng hingga berwarna kuning keemasan. Angkat, tiriskan dan sajikan.



## NASI TIM BULAN

### Bahan:

- 3 sdm (50 gr) nasi
- 1 butir telur (kuning saja)
- 2 gls (200 ml) kaldu
- Daun bawang iris remaut

### Cara membuat:

1. Masukkan nasi ke dalam panci kemudian tambahkan kaldu sayuran, masak hingga lunak. Sajikan pada mangkuk
2. Rebus air, setelah mendidih masukkan kuning telur, rebus hingga matang, kemudian tiriskan. Letakkan diatas nasi tim



# RESEP MAKANAN ANAK

## SMOOTHIES BUAH

Untuk 2 Porsi



### Bahan:

- 150 gram daging buah naga yang telah dikupas, potong-potong, lalu bekukan di freezer selama 3-4 jam.
- 1 buah pisang ambon/cavendish ukuran sedang
- 100 ml yoghurt
- 100 ml susu cair full cream
- 3 sendok makan madu



### Cara membuat:

1. Bersihkan, kupas dan potong buah pisang dan juga buah strawberry.
2. Masukkan potongan buah naga yang telah dibekukan ke dalam blender bersama potongan buah lain dan juga yoghurt, susu cair, serta madu.
3. Blender hingga semua bahan tercampur dan teksturnya menjadi lembut. Smoothies Buah Naga siap untuk disajikan

## BOLA KENTANG KEJU

### Bahan:

- 400 gr kentang kukus
- 80 gr tepung maizena
- 80 gr keju parut
- 1 sdt bawang putih bubuk
- Lada dan garam
- 1 batang daun seledri, iris halus

### Cara membuat:

1. Campur kentang kukus yang sudah halus dengan bawang putih bubuk, garam, lada, keju parut dan seledri.
2. Masukkan maizena dan aduk hingga tercampur rata lalu bulatkan.
3. Siapkan wajan dan minyak untuk menggoreng. Kemudian panaskan minyak banyak.
4. Goreng kentang yang sudah dibulatkan hingga matang.





# RESEP MAKANAN ANAK

## RESEP TELUR GULUNG SAYUR

### Bahan:

- 5 butir telur ayam, kocok lepas
- 1 buah tomat, buang bijinya kemudian potong dadu
- 2 batang daun bawang, iris tipis
- 1/4 buah bawang bombay, cincang kasar
- 30 gram wortel, cincang halus
- 3 batang sawi, iris tipis
- 3 siung bawang putih, cincang halus
- 1 sendok teh garam
- 1/2 sendok teh merica bubuk
- 3 sendok makan minyak goreng

### Cara Membuat :

1. Campur telur ayam dengan semua bahan kecuali minyak goreng. Aduk hingga rata.
2. Panaskan minyak, lalu tuangkan campuran telur. Kumpulkan antongan sayuran ke satu sisi telur.
3. Gulung telur memakai bantuan dua spatula. Masak menggunakan api kecil, jangan lupa dibalik agar tidak hangus.
4. Angkat dan sajikan. Telur gulung sayur bergizi siap disantap anak.



## RESEP NUGGET BAYAM

### Bahan:

- 50 gram kacang almond
- 1 ikat bayam segar
- 50 gram tepung rati
- 2 buah telur
- 1 sdt garam
- 50 gram keju parut

### Cara membuat:

1. Bersihkan bayam, lalu cacah dengan menggunakan food processor.
2. Tambahkan kacang almond, oregano, garam, dan juga keju parut. Lalu, cacah kembali hingga lebih halus.
3. Keluarkan adonan ke sebuah wadah dan tambahkan telur ke dalam adonannya.
4. Bentuk adonan menjadi ukuran sesup dan bubuhkan dengan tepung rati hingga merata.
5. Panaskan minyak pada wajan dan goreng nugget hingga berwarna kuning kecokelatan.



# RESEP MAKANAN ANAK

## TOFU KUAH WORTEL

### Bahan:

Untuk 2 Porsi

- 200 ml kaldu ayam
- 50 gr wortel, parut halus
- 50 gr daging ayam cincang
- 50 gr tahu, potong dadu
- 1 sdm mentega
- 1/2 sdt garam

### Cara membuat:

1. Panaskan mentega dengan api kecil, masukkan daging ayam cincang dan tahu, aduk rata sampai matang.
2. Tuang kaldu ayam, masukkan juga wortel dan garam, aduk rata, koreksi rasa.
3. Masak hingga matang, angkat dan sajikan.



## SUP AYAM

### Cara membuat:

1. Siapkan panci di atas kompor, nyalakan dengan api sedang lalu masukkan minyak kelapa ke dalamnya.
2. Setelah panas, tumis bawang Bombay, seledri, dan wortel selama 10-15 menit.
3. Tambahkan kaldu ayam, lalu panaskan sampai mendidih.
4. Kecilkan api, lalu masukkan beras ke dalam panci dan masak bersama kaldu hingga menjadi nasi. Proses ini memakan waktu sekitar 40 menit, sesekali aduk agar nasi matang sempurna.
5. Setelah setengah matang, tambahkan ayam dan aduk sampai matang seluruhnya.
6. Sajikan selagi hangat.

### Bahan:

- 1 sendok makan minyak kelapa
- 1 buah bawang Bombay yang sudah diiris
- 1 buah seledri
- 2 buah wortel
- 500 ml kaldu ayam
- ½ gelas beras merah atau putih (pilih sesuai selera)
- 200 gram ayam paha yang sudah dipotong



# RESEP KALDU

## RESEP KALDU SAYURAN

### Bahan:

- 1 buah (100 gr) wortel ukuran sedang
- 1 gis (100 gr) buncis baby
- 2 helai seledri
- 2 helai daun bawang

### Cara membuat:

1. Wortel dan buncis baby iris dadu/sipis kecil
2. Daun bawang dan seledri iris kasar
3. Siapkan 200 ml air, rebus sekitar 30 menit, kemudian saring dan siap untuk disajikan



## RESEP KALDU DAGING



### Bahan:

- 4 ptg (100 gr) sdg daging
- 1/4 kg belulang
- 2 helai seledri
- 3 helai daun bawang

### Cara membuat:

1. Cuci daging dan belulang hingga bersih
2. Potong daging dan belulang tersebut, kemudian rebus dengan air. Setelah itu, buanglah rebusan air yang pertama
3. Rebus kembali daging dan belulang menggunakan 1/2 liter air. Tambahkan daun bawang dan seledri yang telah dirajang. Rebus kurang lebih 30 menit.
4. Setelah itu angkat, kemudian saring dan siap digunakan.



Lampiran 10. Identitas Responden

KODE	USIA IBU	PENDIDIKAN IBU	JUMLAH ANGGOTA KELUARGA	PEKERJAAN AYAH	PEKERJAAN IBU	PENDAPATAN
P1	34	S1	4	Karyawan Swasta	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
P2	27	SMA	3	Karyawan Swasta	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
P3	38	SMK	3	Supir	Ibu Rumah Tangga	4.000.000
P4	24	SD	4	Guru	Ibu Rumah Tangga	1.200.000
P5	32	S1	5	Tukang Bursa	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
P6	29	SMP	4	Kuli Bangunan	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
P7	34	SMA	3	Tukang Kayu	Ibu Rumah Tangga	2.800.000
P8	38	S1	6	Wiraswasta	Guru TK	6.000.000
P9	20	SMP	3	Karyawan Pabrik	Ibu Rumah Tangga	1.600.000
P10	41	SD	5	Kuli Bangunan	Ibu Rumah Tangga	1.000.000
K1	30	D2	3	Wiraswasta	Wiraswasta	2.000.000
K2	36	SMK	5	Ojek Online	Pedagang	3.000.000
K3	30	SMA	4	Supir	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
K4	40	SMP	5	Buruh Bangunan	Ibu Rumah Tangga	2.400.000
K5	46	SD	4	Supir	Pedagang	15.000.000
K6	28	SMA	4	Karyawan Swasta	Karyawan Swasta	3.000.000
K7	35	D3	4	Karyawan Swasta	Perawat	6.000.000
K8	30	SMK	5	Ojek Online	Ibu Rumah Tangga	2.000.000
K9	33	S1	5	Pedagang	Guru TK	2.700.000
K10	35	SMK	4	Kuli Bangunan	Ibu Rumah Tangga	1.200.000

Lampiran 11. Nilai Pre-Test Pengetahuan Kelompok Perlakuan

KODE RESPONDEN	SKOR PENGETAHUAN (PRE)																				NILAI	KATEGORI PENGETAHUAN
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
P1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	70	CUKUP
P2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	75	CUKUP
P3	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	65	CUKUP
P4	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	45	KURANG
P5	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	50	KURANG
P6	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	55	KURANG
P7	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	70	CUKUP
P8	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	60	CUKUP
P9	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	70	CUKUP
P10	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	45	KURANG

Lampiran 12. Nilai Post-Test Pengetahuan Kelompok Perlakuan

KODE RESPONDEN	SKOR PENGETAHUAN (POST)																				NILAI	KATEGORI PENGETAHUAN
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
P1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	85	BAIK
P2	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	80	BAIK
P3	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	80	BAIK
P4	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	75	CUKUP
P5	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90	BAIK
P6	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	75	CUKUP
P7	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80	BAIK
P8	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	85	BAIK
P9	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	90	BAIK
P10	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	75	CUKUP

Lampiran 13. Nilai Pre-Test Pengetahuan Kelompok Kontrol

KODE RESPONDEN	SKOR PENGETAHUAN (PRE)																				NILAI	KATEGORI PENGETAHUAN
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
P1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	70	CUKUP
P2	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	65	CUKUP
P3	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	40	KURANG
P4	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	55	KURANG
P5	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	40	KURANG
P6	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	65	CUKUP
P7	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	70	CUKUP
P8	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	60	CUKUP
P9	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	70	CUKUP
P10	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	55	KURANG

Lampiran 14. Nilai Post-Test Pengetahuan Kelompok Kontrol

KODE RESPONDEN	SKOR PENGETAHUAN (POST)																				NILAI	KATEGORI PENGETAHUAN
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
P1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	85	BAIK
P2	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	70	CUKUP
P3	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	75	CUKUP
P4	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	75	CUKUP
P5	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	80	BAIK
P6	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	80	BAIK
P7	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	85	BAIK
P8	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	75	CUKUP
P9	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	80	BAIK
P10	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	70	CUKUP



Lampiran 15. Nilai Pre-Test Sikap Kelompok Perlakuan

KODE RESPONDEN	SKOR SIKAP																				TOTAL SKOR	RATA-RATA	SIMPANGAN BAKU	Z-SCORE	T-SCORE	KATEGORI SIKAP SD
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
P1	3	3	2	2	1	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	46	47,6	2,591	-0,618	43,824	NEGATIF
P2	3	2	3	1	2	3	1	2	1	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	43	47,6	2,591	-1,776	32,243	NEGATIF
P3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	2	3	3	2	48	47,6	2,591	0,154	51,544	Positif
P4	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	46	47,6	2,591	-0,618	43,824	NEGATIF
P5	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	50	47,6	2,591	0,926	59,264	Positif
P6	2	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	47	47,6	2,591	-0,232	47,684	Positif
P7	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	50	47,6	2,591	0,926	59,264	Positif
P8	2	2	2	3	1	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	46	47,6	2,591	-0,618	43,824	NEGATIF
P9	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	48	47,6	2,591	0,154	51,544	Positif
P10	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	52	47,6	2,591	1,698	66,985	Positif

Lampiran 16. Nilai Post-Test Sikap Kelompok Perlakuan

KODE RESPONDEN	SKOR SIKAP																				TOTAL SKOR	RATA-RATA	SIMPANGAN BAKU	Z-SCORE	T-SCORE	KATEGORI SIKAP SD
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
P1	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	55	54,1	2,079	0,433	54,329	Positif
P2	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	54	54,1	2,079	-0,048	49,519	NEGATIF
P3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	56	54,1	2,079	0,914	59,139	Positif
P4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	56	54,1	2,079	0,914	59,139	Positif
P5	3	3	3	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	52	54,1	2,079	-1,01	39,899	NEGATIF
P6	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	54	54,1	2,079	-0,048	49,519	NEGATIF
P7	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	1	3	2	2	3	50	54,1	2,079	-1,972	30,279	NEGATIF
P8	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	53	54,1	2,079	-0,529	44,709	NEGATIF
P9	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	54	54,1	2,079	-0,048	49,519	NEGATIF
P10	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	57	54,1	2,079	1,395	63,949	Positif

Lampiran 17. Nilai Pre-Test Sikap Kelompok Kontrol

KODE RESPONDEN	SKOR SIKAP																				TOTAL SKOR	RATA-RATA	SIMPANGAN BAKU	Z-SCORE	T-SCORE	KATEGORI SIKAP SD
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
P1	2	2	3	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	48	47,1	1,792	0,502	55,022	Positif
P2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	47	47,1	1,792	-0,056	49,442	Positif
P3	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	43	47,1	1,792	-2,288	27,12	NEGATIF
P4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	49	47,1	1,792	1,06	60,603	Positif
P5	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	47	47,1	1,792	-0,056	49,442	Positif
P6	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	46	47,1	1,792	-0,614	43,861	NEGATIF
P7	3	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	49	47,1	1,792	1,06	60,603	Positif
P8	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	48	47,1	1,792	0,502	55,022	Positif
P9	3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	48	47,1	1,792	0,502	55,022	Positif
P10	2	2	2	3	3	3	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	46	47,1	1,792	-0,614	43,861	NEGATIF

Lampiran 18. Nilai Post-Test Sikap Kelompok Kontrol

KODE RESPONDEN	SKOR SIKAP																				TOTAL SKOR	RATA-RATA	SIMPANGAN BAKU	Z-SCORE	T-SCORE	KATEGORI SIKAP SD
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
P1	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	54	50,7	2,312	1,427	64,275	Positif
P2	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	53	50,7	2,312	0,995	59,949	Positif
P3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	49	50,7	2,312	-0,735	42,646	NEGATIF
P4	3	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	47	50,7	2,312	-1,601	33,995	NEGATIF
P5	3	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	50	50,7	2,312	-0,303	46,972	NEGATIF
P6	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	52	50,7	2,312	0,562	55,623	Positif
P7	3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	50	50,7	2,312	-0,303	46,972	NEGATIF
P8	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	3	3	51	50,7	2,312	0,13	51,298	Positif
P9	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	53	50,7	2,312	0,995	59,949	Positif
P10	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	2	2	48	50,7	2,312	-1,168	38,321	NEGATIF

Lampiran 19. Uji Olah Data SPSS

- Pengaruh Pengetahuan Kelompok Perlakuan

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	5.50	55.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test - Pre Test
Z	-2.809 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

- Pengaruh Pengetahuan Kelompok Kontrol

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	5.50	55.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test - Pre Test
Z	-2.823 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

- Perbedaan Pengetahuan Sebelum Pendampingan Gizi

**Ranks**

KODE	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SEBELUM PERLAKUAN	10	10.80	108.00
KONTROL	10	10.20	102.00
Total	20		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SEBELUM
Mann-Whitney U	47.000
Wilcoxon W	102.000
Z	-.230
Asymp. Sig. (2-tailed)	.818
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.853 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KODE

b. Not corrected for ties.

- Perbedaan Pengetahuan Sesudah Pendampingan Gizi

**Ranks**

KODE	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SESUDAH PERLAKUAN	10	12.30	123.00
KONTROL	10	8.70	87.00
Total	20		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SESUDAH
Mann-Whitney U	32.000
Wilcoxon W	87.000
Z	-1.405
Asymp. Sig. (2-tailed)	.160
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.190 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KODE

b. Not corrected for ties.

- Pengaruh Sikap Kelompok Perlakuan

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	5.00	45.00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
	Total	10		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test - Pre Test
Z	-2.668 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

- Pengaruh Sikap kelompok Kontrol

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	2.50	2.50
	Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	5.83	52.50
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		



**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test - Pre Test
Z	-2.568 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.010

- Perbedaan Sikap Sebelum Pendampingan Gizi

**Ranks**

KODE	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SEBELUM PERLAKUAN	10	10.85	108.50
KONTROL	10	10.15	101.50
Total	20		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SEBELUM
Mann-Whitney U	46.500
Wilcoxon W	101.500
Z	-.269
Asymp. Sig. (2-tailed)	.788
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.796 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KODE

b. Not corrected for ties.

- Perbedaan Sikap Sesudah Pendampingan Gizi

**Ranks**

KODE	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SESUDAH PERLAKUAN	10	14.20	142.00
KONTROL	10	6.80	68.00
Total	20		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SESUDAH
Mann-Whitney U	13.000
Wilcoxon W	68.000
Z	-2.818
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.004 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KODE

b. Not corrected for ties.

Lampiran 20. Foto Kegiatan Pendampingan Gizi



(Pendampingan *pre-test* responden)



(Pendampingan pemberian PMT)



(Pendampingan *post-test* responden)



(Pendampingan pemberian PMT)



(Pendampingan penjelasan *booklet*)



(pendampingan pemberian PMT)



(Pendampingan sesi penguatan)



(Pendampingan pemberian PMT)