

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Keterangan Layak Etik



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
Politeknik Kesehatan Malang  
**Komis 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.30/00103/2025

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

**Peneliti utama** : Wulan Cahyani Dwinata  
*Principal In Investigator*

**Nama Institusi** : Poltekkes Kemenkes Malang  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan Menggunakan Media Booklet di Kelurahan Bareng Kecamatan Klojen Kota Malang"**

*"Differences in Knowledge, Attitudes and Skills of Mothers of Toddlers 06-23 Months Before and After Nutrition Assistance Using Booklet Media in Bareng Village, Klojen 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 06 Maret 2025 sampai dengan tanggal 06 Maret 2026.

*This declaration of ethics applies during the period March 06, 2025 until March 06, 2026.*



March 06, 2025  
Chairperson,



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

## Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan



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

Jl. Besar Ijen No.77C 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 : DP.02.01/F.XXI.17/2056/2023 Malang, 09 Oktober 2023  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan

Kepada Yth.

1. Kepala Puskesmas Bareng
  2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang
- Di  
Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Wulan Cahyani Dwinata, (NIM.P17111213058) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Studi Pendahuluan, pada:

Tanggal : 30 Oktober sd 6 November 2023  
Waktu : 08.00 – selesai  
Tempat : Puskesmas Bareng

Dengan judul :

Pengaruh Penyuluhan Gizi melalui Media Booklet Terhadap Pengetahuan pada Ibu Balita Berat Badan Kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Bareng.

Data yang diambil :

1. Data balita berat badan kurang yang paling banyak di wilayah Kerja Puskesmas Bareng
2. Data riwayat Pendidikan terakhir Ibu/Orangtua balita BB kurang
3. Data Pengetahuan Ibu mengenai permasalahan Gizi Underweight
4. Data pekerjaan / ekonomi orangtua (Ibu) balita berat badan kurang
5. Data Asupan energi pada balita yang mengalami BB kurang
6. Data mengenai Hygiene Sanitasi di Masyarakat Bareng

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi

Ibnu Fajar SKM. M.Kes

NIR 96610181989031001

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang, 65112. Telepon (0341) 566075, 571388  
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613  
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberperong Lawang. Telepon (0341) 427847  
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Bitar. Telepon (0342) 801043  
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095  
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293  
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792



### Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Puskesmas



**Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Malang**

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112  
(0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746  
<http://www.poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : DP.02.01/F.XXI.17/ 3669 /2024  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 08 November 2024

Kepada Yth.

1. Kepala Puskesmas Bareng
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang

Di  
Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Wulan Cahyani Dwinata, (NIM.P17111213058) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Ijin Penelitian, pada:

Tanggal : 18 November 2024 sd 18 Januari 2025  
Waktu : 08.00 – selesai  
Tempat : Puskesmas Bareng

Dengan judul :

Perbedaan Pendampingan Gizi dengan menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan pada Ibu Balita 06 – 23 Bulan di Kelurahan Bareng Kecamatan Klojen Kota Malang.

Data yang diambil :

1. Ibu balita usia 22-35 tahun berpendidikan SMA dan memiliki balita Usia 06-23 Bulan.
2. Pretest dan Post Test Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Ibu Balita

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.

Jurusan Gizi  
Kepala Program D3 Gizi  
DIREKTORAT JENDERAL  
TENAGA KESEHATAN  
Maryam Rizak, STP, M.Si  
NIP. 191994032001

## Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian Kelurahan



**Kementerian Kesehatan**  
**Poltekkes Malang**

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112  
(0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746  
<http://www.poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : DP.02.01/F.XXI.17/ 3785 /2024  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian  
Dalam Pemenuhan Tugas Akhir Penyusunan Skripsi  
Malang, 03 Desember 2024

Kepada Yth.

1. Kepala Puskesmas Bareng
  2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang
- Di  
Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Wulan Cahyani Dwinata, (NIM.P17111213058) Mahasiswa Program STr.Gizi & Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang untuk melaksanakan Izin Penelitian pada:

Tanggal : 18 November 2024 sd 18 Januari 2025  
Waktu : 07.00 – selesai  
Tempat : Puskesmas Bareng

Dengan judul :

Perbedaan Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan menggunakan Media Booklet di Kelurahan Bareng Kecamatan Klojen Kota Malang.

Data yang diambil :

- Ibu balita usia 22-35 tahun berpendidikan SMA dan memiliki balita usia 06-23 bulan
- Pretest dan Post Test Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Ibu balita

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.



Tembusan disampaikan kepada Yth :  
- Kepala Kelurahan Bareng

## Lampiran 5. Permohonan Ijin Penelitian Dinas Tenaga Kerja



**PEMERINTAH KOTA MALANG**  
**DINAS TENAGA KERJA, PENANAMAN MODAL**  
**DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Jl. Mayjen Sungkono, Perkantoran Terpadu Gedung A, Telp.(0341) 751942, Faks (0341) 754116  
www.disnakerpmpmsp.malangkota.go.id email : disnakerpmpmsp@malangkota.go.id  
**M A L A N G** Kode Pos 65132

### SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 100.3.12/260.0548/35.73.406/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Dinas Tenaga Kerja, Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dengan ini menerangkan bahwa:

Berdasarkan surat dari : POLTEKKES KEMENKES MALANG;  
Nomor : DP.02.01/F.XXI.17/3669/2024;  
Tanggal : 6 NOVEMBER 2024;  
Perihal : SURAT PERMOHONAN IJIN PENELITIAN.

Dapat diberikan Surat Keterangan Penelitian (SKP) kepada:

NO	NAMA	NIK	NIM	PRODI
1	WULAN CAHYANI DWINATA	18070768120100 04	P17111213058	SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

Judul Penelitian : PERBEDAAN PENDAMPINGAN GIZI DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN KETERAMPILAN PADA IBU BALITA 06-23 BULAN DI KELURAHAN BARENG, KECAMATAN KLOJEN, KOTA MALANG;  
Lokasi Penelitian : DINAS KESEHATAN KOTA MALANG  
JL. SIMPANG LA SUCIPTO NO. 45, KEL. PANDANWANGI, KEC. BLIMBING.

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilaksanakan harus sesuai dengan judul yang tertera dalam SKP ini;
2. Menaati tata tertib yang berlaku pada lokasi penelitian;
3. Mematuhi peraturan perundang-undangan yang berlaku;
4. Menyampaikan hasil penelitian kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Malang;
5. Berlaku mulai tanggal 18 November 2024s.d. 18 Januari 2025.

Ditetapkan di : Malang  
Pada tanggal : 25 November 2024

KEPALA DINAS TENAGA KERJA, PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU,



19AA9E



Demikian SKP ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Tembusan disampaikan Yth. :

1. Sdr. Kepala Bakesbangpol Kota Malang;
2. Sdr. Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang

#### Catatan :

- ✓ UU ITE No 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1
- ✓ "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah."
- ✓ Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE.
- ✓ Surat ini dapat dibuktikan keasliannya terdapat di <https://izol.malangkota.go.id>



## Lampiran 6. Surat Dinas Kesehatan



### PEMERINTAH KOTA MALANG DINAS KESEHATAN

Jl. Simpang L.A. Sucipto No. 45 ☎ (0341) 406878 Fax. (0341) 406879  
[www.dinkes.malangkota.go.id](http://www.dinkes.malangkota.go.id)-mail :[dinkes@malangkota.go.id](mailto:dinkes@malangkota.go.id)

MALANG

Kode Pos : 65124

Nomor : 072/ <sup>627</sup> /35.73.402/2024

Malang, 15 NOV 2024

Sifat : Biasa

Kepada

Lampiran : -

Yth. Kepala Puskesmas Bareng

Perihal : Penelitian

di

MALANG

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

NO	NAMA	NIM
1.	Wulan Cahyani Dwinata	P17111213058

akan melaksanakan penelitian mulai tanggal 18 November 2024 s/d 18 Januari 2025 dengan judul: perbedaan pendampingan gizi dengan menggunakan media booklet terhadap pengetahuan, sikap dan ketrampilan pada ibu balita 06-23 bulan di Kelurahan Bareng Kecamatan Klojen Kota Malang.

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

Demikian untuk mendapatkan perhatian.



**SUKARDI, S.KM,MSi**

Pembina

NIP. 19721231 199303 1 044

## Lampiran 7. Lembar Persetujuan Responden

Pretest

### Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden

#### Lembar Persetujuan Responden

##### *Informed Consent*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan bersedia secara sukarela dan tanpa paksaan apapun untuk menjadi responden dalam penelitian di bidang gizi yang dilakukan oleh Wulan Cahyani Dwinata, Mahasiswa Jurusan gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang dilaksanakan di Kelurahan Bareng, Kecamatan Klojen, Kota Malang

"Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan Menggunakan Media Booklet di Kelurahan Bareng, Kecamatan Klojen, Kota Malang."

Nama : Dwi Yulinda  
Umur : 25 thn  
Alamat dan no. telp : JL. IR 2ais IV / 43  
085791709093

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

Malang, 4 Desember 2024

Peneliti



(Wulan Cahyani Dwinata)

Responden



(.....)



## Lampiran 9. Kuesioner Pengetahuan

### Kuesioner Pengetahuan Ibu Terkait MPASI, ASI Eksklusif, dan Pemantauan Pertumbuhan

#### KUESIONER PENELITIAN

"Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan  
Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan Menggunakan Media Booklet  
di Kelurahan Bareng, Kecamatan Klojen, Kota Malang."

Petunjuk Pengisian Kuesioner :

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

Soal :

4. Berapa banyak jumlah atau porsi MPASI yang diberikan untuk balita usia 6-8 bulan?
- a. Sebanyak 2-3 sdm tiap kali makan. Tingkatkan bertahap hingga  $\frac{1}{2}$  mangkok (125 ml)
- b. Sebanyak 2-3 sdm tiap kali makan. Tingkatkan bertahap hingga 1 mangkok (250 ml)
- c. Sebanyak 3-4 sdm tiap kali makan. Tingkatkan bertahap hingga  $\frac{3}{4}$  mangkok (200 ml)
- d. Sebanyak 4-5 sdm tiap kali makan. Tingkatkan bertahap hingga  $\frac{3}{4}$  - 1 mangkok (200-250 ml)
- e. Sebanyak 2-3 sdm tiap kali makan. Tingkatkan bertahap hingga  $\frac{3}{4}$  mangkok (200 ml)

- Dibawah ini terdapat beberapa bahan makanan untuk menu MPASI.
1. Nasi

2. Ayam
3. Tahu
4. Tempe
5. Telur
6. Ikan
7. Wortel
8. brokoli

Dari bahan-bahan tersebut buatlah kreasi menu untuk MPASI diberikan dalam sehari (berbeda-beda) untuk balita usia 9-11 bulan. Makanan utama dan selingan berapa kali dalam sehari. Berikan keterangan makan pagi, siang sore, dan snack disetiap kreasi yang dibuat dari bahan-bahan tersebut. (L5)

JAWABAN :

Pagi	Snack	Siang	Malam
- Nasi	- Telur	- Nasi	- Nasi
- Ayam	- wortel	- Ikan	- Telur
- Tempe		- Brokoli	- Tahu
- wortel			- wortel

3. Jika dihadapan ibu terdapat bahan mentah yaitu :

1. Ayam, wortel, tahu, hati ayam yang harus dibersihkan dan tidak perlu dicuci langsung di eksekusi dan bahan tersebut sudah berada pada suhu ruang selama 3 jam setelah dicairkan

2. Ayam, wortel, tahu, hati ayam yang harus dibersihkan dan cuci terlebih dahulu, dan bahan tersebut baru dibeli dari pasar

Bahan manakah yang akan ibu pakai untuk memasak dalam MPASI? Jelaskan mengapa! (L6)

JAWABAN :

Bahan No.2

Karena agar tidak terkontaminasi dengan kuman & menghindari bayi terkena penyakit

4. Dihadapan ibu terdapat ayam, wortel, tahu, beras. Apakah yang akan ibu buat dan bagaimana tekstur MPASI yang akan ibu buat dari bahan tersebut untuk balita pada awal MPASI (usia 6 bulan)? Jelaskan secara Singkat! (L3)

JAWABAN :

Bubur dengan <sup>sedikit</sup> tekstur halus & kental.

Karena bayi agar mudah menelan & masih tahap pengendalian mpasi

5. Apa pengertian ASI Eksklusif?

- a. Pemberian ASI hingga usia 6 bulan ditambah atau mengganti dengan buah pisang
- b. Pemberian ASI hingga usia 6 bulan ditambah atau mengganti dengan susu formula yang mahal
- c. Pemberian ASI sejak lahir hingga usia 6 bulan tanpa menambah atau mengganti dengan makanan/minuman lain.
- d. Pemberian ASI diselingi dengan susu formula hingga usia 6 bulan
- e. Pemberian ASI hingga usia 6 bulan ditambah atau diganti dengan pisang sampai usia 24 bulan

6. Terdapat anak A usia 5 bulan diberikan makan pisang ambon oleh ibunya. Bagaimanakan tanggapan ibu terhadap pemberian makan pada anak usia 5 bulan tersebut? Selaskan secara singkat! (L2)

JAWABAN :

Sebaiknya tdk di beri

Karena sistem pencernaan bayi masih belum kuat

dan sebelum 6 bln sebaiknya asi eksklusif / sifor.

7. Apa yang akan terjadi jika tidak melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan setiap bulan di posyandu?

- a. Tidak dapat mengetahui dan mengatasi secara cepat permasalahan yang sedang terjadi pada anak, maka akan menimbulkan masalah gizi serius
- b. Tidak dapat mengetahui dan mengatasi secara cepat permasalahan yang sedang terjadi pada anak, maka tidak menimbulkan masalah gizi serius
- c. Tidak dapat mengetahui dan mengatasi secara cepat permasalahan yang sedang terjadi pada anak, maka tidak bisa melihat anak bermain
- d. Tidak dapat mengetahui dan mengatasi secara cepat permasalahan yang sedang terjadi pada anak, sehingga mempengaruhi anak dalam menangis
- e. Tidak dapat mengetahui dan mengatasi secara cepat permasalahan yang sedang terjadi pada anak, maka tidak dapat sekolah

8. Bagaimana cara untuk melihat/mengetahui secara cepat permasalahan gizi yang terjadi pada anak?

- a. Melihat dari membaca dan memperhatikan kurva pertumbuhan pada KMS setiap bulan
- b. Melihat dari membuka dan memperhatikan kurva pertumbuhan gigi pada KMS setiap bulan
- c. Melihat dari membuka dan memperhatikan kurva pada halaman 5 di buku KMS setiap bulan
- d. Melihat dari membuka dan memperhatikan kurva anak sakit atau tidak pada KMS setiap bulan
- e. Melihat dari dari kurva absensi setiap bulan (rutin) saat keposyandu DI KMS setiap bulan

9. Seorang anak A-Z berjenis kelamin perempuan rentang usai anak tersebut 12-24 bulan. Mereka semua menghadiri posyandu, hasil penimbangan anak A usia 12 bulan sebelumnya (bulan Januari) yaitu 9 kg dan pada hasil penimbangan bulan ini (februari) yaitu 9,1 kg. Apakah berat badan anak tersebut dapat dikatakan naik? Berikan penjelasan! (L4)

JAWABAN :

Naik.

Karena sb/mnya hanya 9 kg & menjadi 9,1 kg

40. Apa yang wajib dibawa saat datang ke posyandu agar dapat memantau pertumbuhan anak ?
- a. Buku kesehatan pink
  - b. Buku jurnal kesehatan pink
  - c. Buku KIA/Buku pink
  - d. Buku jurnal pink besar
  - e. Buku pencatatan hijau

**Terimakasih atas ketersediaan ibu dalam berpartisipasi dalam penelitian ini semua informasi terkait dari data diri akan dirahasiakan dari khalayak dan hanya akan ditampilkan dalam bentuk hasil penelitian.**

## Lampiran 10. Kuesioner Sikap

### Kuesioner Sikap Ibu Terkait MPASI, ASI Eksklusif, dan Pemantauan Pertumbuhan

#### KUESIONER PENELITIAN

"Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan Menggunakan Media Booklet di Kelurahan Bareng, Kecamatan Klojen, Kota Malang."

Petunjuk Pengisian Kuesioner :

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

SS : Bila responden sangat setuju dengan pernyataan tersebut

S : Bila responden setuju dengan pernyataan tersebut

TS : Bila responden tidak setuju dengan pernyataan tersebut

STS : Bila responden sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut

Soal :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Usia 6-8 bulan diberikan MPASI sebanyak 2-3 sdm dan ditingkatkan bertahap hingga ½ mangkok		√		
2.	Usia 9-11 bulan diberikan MPASI dalam sehari sebanyak 1-2 kali/hari menu utama	√			
3.	Menggunakan bahan makanan yang bersih dan segar saat pembuatan MPASI		√		
4.	Bentuk/tekstur MPASI dilakukan bertahap dari lumat, lembik, hingga ke padat		√		

5.	Usia 0-6 bulan diberikan ASI dan tambahan susu formula			✓		3
6.	MPASI tidak diberikan kepada anak usia dibawah 6 bulan		✓			3
7.	Melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan balita setiap bulan di posyandu		✓			3
8.	Membaca dan memperhatikan hasil KMS pada balita setiap bulan		✓			3
9.	Memperhatikan standar kenaikan berat badan sesuai umur		✓			3
10.	Datang ke posyandu membawa buku KIA		✓			3

Terimakasih atas ketersediaan ibu dalam berpartisipasi dalam penelitian ini semua informasi terkait data diri akan dirahasiakan dari khalayak dan hanya akan ditampilkan dalam bentuk hasil penelitian.

## Lampiran 11. Form Observasi Keterampilan

### Form Observasi Keterampilan Ibu Terkait MPASI, ASI Eksklusif, dan Pemantauan Pertumbuhan

#### FORM OBSERVASI PENELITIAN

"Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Balita 06-23 Bulan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Gizi dengan Menggunakan Media Booklet di Kelurahan Bareng, Kecamatan Klojen, Kota Malang."

Petunjuk Pengisian Kuesioner :

Di bawah ini terdapat pernyataan yang berkaitan dengan kemampuan responden. Ditanya dan diisi oleh peneliti secara observasi, jawaban ditulis sesuai dengan kemampuan responden dalam melakukan sesuatu pada kolom yang tersedia dengan memberikan tanda checklist (√).

B : Benar

S: Salah

Soal :

No	Perintah	B	S	Ket
1	Dihadapan ibu terdapat beberapa ukuran sendok. Ambil salah satu sendok dan pakai sendok tersebut dipakai untuk menyendok mpasi yang ada dihadapan ibu ke dalam mangkuk. Sesuaikan porsi nya untuk anak saat baru diberikan MPASI!			sendok makan 2 sendok (keter 10-11)
2	Dihadapan Ibu terdapat contoh beberapa mangkuk MPASI. Pilihlah salah satu mangkuk tersebut dan jika ukuran MPASI mangkuk tersebut untuk anak ibu (usia 9 bulan)! Berapa kali ibu akan memberikan dalam sehari?			1 mangkuk. 3 sdm 2x

10

3.	<p>Dihadapan ibu terdapat beberapa pilihan bahan makanan. Pilihlah beberapa bahan makanan yang akan digunakan untuk menyiapkan MPASI!</p> <p>(Apakah ibu mengutamakan kebersihan dan mengutamakan bahan makanan yang segar saat menyajikan makanan)</p>	<p>Pilih yang segar dan yang lebih fresh.</p>	6
4.	<p>Dihadapan ibu terdapat beberapa mangkuk MPASI. Urutkan mangkuk tersebut sesuai tekstur yang diperbolehkan untuk usia 6 bulan sampai 23 bulan!</p>	<p>Seperti</p>	6
5.	<p>Dihadapan ibu terdapat beberapa pasangan bahan makanan dan minuman. Pilihlah salah satu pasangan tersebut untuk diberikan pada anak usia 0-6 bulan! (memberikan pasangann untuk dipilih, seperti asi denga nasi, asi dengan pisang, asi dengan bubur)</p>	<p>Asi Bubur (Lenteng dan nasi (tidak ada))</p>	0
6.	<p>Dihadapan ibu terdapat pisang dan bubur. Berikan makanan tersebut untuk anak ibu saat usia 0-6 bulan!</p>	<p>tidak ada yg salah</p>	6
7.	<p>Dihadapan ibu terdapat timbangan dan boneka. Lakukanlah penimbangan terhadap boneka tersebut!</p>	<p>bisa (Mleptan dan remba kopi (timbangan))</p>	6
8.	<p>Dihadapan ibu terdapat kertas KMS yang sudah terisi. Pilihlah salah satu KMS yang sesuai pada jenis kelamin</p>	<p>tidak bisa dibaca mfk / arti kuman</p>	0

	anak ibu dan bacalah arti grafik penimbangan tersebut! (dengan memperlihatkan KMS anaknya untuk dilihat bisa membaca hasilnya atau tidak)	
9.	Dihadapan ibu terdapat kertas KMS yang sudah terisi. Pilihlah salah satu KMS yang sesuai pada jenis kelamin anak ibu dan bacalah hasil penimbangan tersebut dapat dikatakan naik atau tidak! Tunjukkan standar kenaikan berat badan minimal pada setiap rentang usia!	naik
10.	Dihadapan ibu terdapat 3 buku. Pilihlah salah satu yang digunakan untuk selalu dibawa saat posyandu! Apakah anak ibu memiliki buku tersebut?  (mengetahui pentingnya buku kia dibawa setiap posyandu dalam pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak untuk mencegah dini permasalahan gizi)	KIA. Tidak ada buku pertumbuhan dan gizi buku kia

Terimakasih atas ketersediaan ibu dalam berpartisipasi dalam penelitian ini semua informasi terkait dari data diri akan dirahasiakan dari khalayak dan hanya akan ditampilkan dalam bentuk hasil penelitian.

## Lampiran 12. Form Evaluasi Media

### FORM EVALUASI PENGEMBANGAN MEDIA BOOKLET

Nama : Siti Zulaicha  
Usia : 30th  
Alamat : Jl. IR Rais gang 2

1. Apakah Booklet menarik untuk di baca?  
 a. Sangat menarik  
 b. Menarik  
 c. Tidak Menarik  
 d. Sangat Tidak Menarik
2. Apakah ukuran booklet mudah di bawa kemanapun?  
 a. Sangat mudah  
 b. Mudah  
 c. Tidak Mudah  
 d. Sangat Tidak Mudah
3. Apakah booklet berisi tidak lebih dari 24 lembar?  
 a. Sangat lebih  
 b. Lebih  
 c. Tidak Lebih  
 d. Sangat Kurang
4. Apakah materi di dalam booklet mudah dimengerti?  
 a. Sangat Mudah  
 b. Mudah  
 c. Tidak Mudah  
 d. Sangat Tidak Mudah

5. Apakah booklet membantu mengurangi kegiatan mencatat saat di jelaskan?

- a. Sangat Membantu
- b. Membantu
- c. Tidak Membantu
- d. Sangat Tidak Membantu

6. Apakah materi di dalam booklet banyak berisi tulisan dan gambar?

- a. Sangat Banyak Gambar dan Tulisan
- b. Banyak Gambar dan Tulisan
- c. Tidak Banyak Gambar dan Tulisan
- d. Sangat Tidak Banyak Gambar dan Tulisan

7. Apakah media booklet yang diberikan cocok diberikan pada ibu balita?

- a. Sangat Cocok
- b. Cocok
- c. Tidak Cocok
- d. Sangat Tidak Cocok

## Lampiran 13. Form Evaluasi Penyuluhan

### FORM EVALUASI PENDAMPINGAN GIZI

Nama : Siti Zulhicha  
Usia : 30th  
Alamat : Jl. IR Rais g 2 / 25<sup>B</sup>

1. Bagaimana Kesesuaian Bahasa dalam menyampaikan materi dan saat acara pendampingan gizi berlangsung?  
 a. Sangat Sesuai  
 b. Sesuai  
 c. Kurang Sesuai  
 d. Tidak Sesuai  
 e. Sangat Tidak Sesuai
2. Apakah materi yang disampaikan sesuai dengan topik?  
 a. Sangat Sesuai  
 b. Sesuai  
 c. Kurang Sesuai  
 d. Tidak Sesuai  
 e. Sangat Tidak Sesuai
3. Apakah materi yang disampaikan jelas?  
 a. Sangat Jelas  
 b. Jelas  
 c. Kurang Jelas  
 d. Tidak Jelas  
 e. Sangat Tidak Jelas
4. Bagaimana Kemampuan memaparkan materi dan menjawab pertanyaan?  
 a. Sangat Baik

- b. Baik
- c. Kurang Baik
- d. Tidak Baik
- e. Sangat Tidak Baik

5. Bagaimana Ruangan yang digunakan untuk pendampingan gizi kondusif dan nyaman?

- a. Sangat kondusif dan nyaman
- b. Kondusif dan nyaman
- c. Kurang kondusif dan nyaman
- d. Tidak kondusif dan nyaman
- e. Sangat Tidak kondusif dan nyaman

6. Bagaimana metode demonstrasi dan tanya jawab yang digunakan?

- a. Sangat Sesuai
- b. Sesuai
- c. Kurang Sesuai
- d. Tidak Sesuai
- e. Sangat Tidak Sesuai

7. Bagaimana mengapresiasi dan interaksi dengan responden saat acara berlangsung?

- a. Sangat Baik
- b. Baik
- c. Kurang Baik
- d. Tidak Baik
- e. Sangat Tidak Baik

8. Apakah menyukai mengikuti pendampingan gizi?

- a. Sangat Suka
- b. Suka
- c. Kurang Suka
- d. Tidak Suka

e. Sangat Tidak Suka

9. Bagaimana penggunaan waktu dalam pendampingan gizi?

Sangat Baik

b. Sesuai

c. Kurang Sesuai

d. Tidak Sesuai

e. Sangat Tidak Sesuai

10. Bagaimana keterampilan menguasai alat peraga dan materi?

Sangat Baik

b. Baik

c. Kurang Baik

d. Tidak Baik

e. Sangat Tidak Baik

#### Lampiran 14. Tabel Presentase Jawaban Benar Kuesioner Pengetahuan

Pertanyaan	Pretest		Posttest		Selisih
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
1. Berapa banyak jumlah atau porsi MPASI yang diberikan untuk balita usia 6-8 bulan? (L1)	80 orang)	(12	100 orang)	(15	20
2. buatlah kreasi menu untuk MPASI diberikan dalam sehari (berbeda-beda) untuk balita usia 9-11 bulan. Makanan utama dan selingan berapa kali dalam sehari. Berikan keterangan makan pagi, siang sore, dan snack disetiap kereasi yang dibuat dari bahan-bahan tersebut. (L5)	13 orang)	(2	47 orang)	(7	34
3. Jika dihadapan ibu terdapat bahan mentah yaitu :	20 orang)	(3	87 orang)	(13	67
1. Ayam, wortel, tahu, hati ayam yang harsu dibersihkan dan tidak perlu dicuci langsung di eksekusi dan bahan tersebut sudah berada pada suhu ruang selama 3 jam setelah dicairkan					
2. Ayam, wortel, tahu, hati ayam yang harus dibersihkan dan cuci terlebih dahulu, dan bahan tersebut baru dibeli dari pasar					
Bahan manakah yang akan ibu pakai untuk memasak dalam MPASI? Jesaskan mengapa! (L6)					
4. Dihadapan ibu terdapat ayam, wortel, tahu, beras. Apakah yang akan ibu buat dan bagaimana tekstur MPASI yang akan ibu buat dari bahan tersebut untuk balita pada awal MPASI (usia 6 bulan)? Jelaskan secara Singkat! (L3)	27 orang)	(4	100 orang)	(15	73
5. Apa pengertian ASI Eksklusif? (L1)	87 orang)	(13	100 orang)	(15	13
6. Terdapat anak A usia 5 bulan diberikan makan pisang ambon oleh ibunya. Bagaimanakan tanggapan ibu terhadap pemberian makan pada anak usia 5 bulan tersebut? Selaskan secara singkat! (L2)	73 orang)	(11	100 orang)	(15	27

7. Apa yang akan terjadi jika tidak melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan setiap bulan di posyandu? (L1)	100 orang	(15 orang)	100 orang	(15 orang)	0
8. Bagaimana cara untuk melihat/mengetahui secara cepat permasalahan gizi yang terjadi pada anak? (L1)	47		87 orang	(13 orang)	40
9. Seorang anak A-Z berjenis kelamin perempuan rentang usai anak tersebut 12-24 bulan. Mereka semua menghadiri posyandu, hasil penimbangan anak A usia 12 bulan sebelumnya (bulan januari) yaitu 9 kg dan pada hasik penimbangan bulan ini (februari) yaitu 9,1 kg. Apakah berat badan anak tersebut dapat dikatakan naik? Berikan penjelasan! (L4)	7 orang	(1 orang)	93 orang	(14 orang)	86
10. Apa yang wajib dibawa saat datang ke posyandu agar dapat memantau pertumbuhan anak ? (L1)	100 orang	(15 orang)	100 orang	(15 orang)	0

### Lampiran 15. Tabel Hasil Evaluasi Media

Sesuai Dengan Teori Suiraoaka Dan Suparisa (2012) Dan Teori Supriasa (2012)

<i>Kriteria</i>	<i>Hasil</i>
<i>Booklet menarik untuk di baca</i>	60% (9 orang) sangat menarik 40% menarik (6 orang)
<i>Booklet mudah untuk di bawa</i>	73% (11 orang) sangat mudah di bawa 27% (4 orang) mudah dibawa
<i>Halaman booklet tidak lebih dari 24 lembar</i>	100% tidak lebih dari 24 lembar (15 orang)
<i>Booklet mudah untuk dimengerti pembaca</i>	80% (12 orang) sangat mudah untuk dimengerti dan 20% (3 orang) mudah
<i>Booklet membantu mengurangi mencatat saat penyuluhan</i>	80% (12 orang) sangat membantu mengurangi mencatat 20% (3 orang) membantu
<i>Booklet banyak berisi tulisan dan gambar</i>	87% (13 orang) banyak berisi tulisan dan gambar 13% (2 orang) sangat banyak
<i>Booklet media yang cocok diberikan untuk ibu balita</i>	87% (13 orang) sangat cocok diberikan untuk ibu balita 13% (2 orang) cocok



**Lampiran 16. Hasil Pretest & Posttest**

PENGETAHUAN			SIKAP		KETERAMPILAN	
Nama	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
YFW	60	85	65	90	45	85
DY	65	90	70	90	60	95
NA	75	100	70	95	55	95
AA	45	80	75	100	60	95
BA	65	90	70	90	65	100
Y	65	95	65	80	50	90
DY	65	95	70	90	55	90
II	70	100	70	90	70	100
SIS	65	95	75	100	55	95
SZ	60	90	65	90	65	100
RA	70	90	70	90	65	90
IW	85	100	73	95	60	90
MA	50	90	63	85	65	95
UD	75	100	68	90	65	95
PYS	50	90	65	85	60	90
Rata-Rata	64.33333	92.66667	68.93333	90.66667	59.66667	93.66667
Nilai Tertinggi	85	100	75	100	70	100
Nilai Terendah	45	80	63	80	45	85

**a. Pretest Pengetahuan**

No	Respon den	UM UR	PREE TEST PERTANYAAN										Be nar	Sa lah	To tal	Kategori
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1.	YF	34	B	S	½	S	B	½	B	B	S	B	6	4	60	Cukup
2.	DY	25	B	½	½	B	B	½	B	S	S	B	3 ½	6 ½	65	Cukup
3.	NA	34	B	½	½	B	B	B	B	S	½	B	7 ½	2 ½	75	Cukup
4.	AA	27	S	S	½	S	B	B	B	S	S	B	4 ½	5 ½	45	Kurang
5.	BA	23	S	½	S	B	B	B	B	B	S	B	6 ½	3 ½	65	Cukup
6.	YA	34	B	½	½	½	B	B	B	S	S	B	6 ½	3 ½	65	Cukup
7.	DU	34	B	½	½	½	S	B	B	B	S	B	6 ½	3 ½	65	Cukup
8.	II	24	B	½	½	½	B	B	B	S	S	B	7	3	70	Cukup
9.	SIS	29	B	½	B	S	S	B	B	B	S	B	6 ½	3 ½	65	Cukup
10.	SZ	30	S	½	B	½	B	B	B	S	S	B	6	4	60	Cukup
11.	RA	27	B	½	B	½	B	B	B	S	S	B	7	3	70	Cukup
12.	IW	25	B	B	½	B	B	B	B	B	S	B	8 ½	1 ½	85	Baik
13.	MA	23	B	S	S	S	B	S	B	B	S	B	5	5	50	Kurang
14.	UD	24	B	S	½	½	B	B	B	B	S	B	7 ½	2 ½	75	Cukup
15.	PY	29	B	B	S	S	B	S	B	S	S	B	5	5	50	Kurang
% BENAR			8	1	2	2	8	7	10	4	7	10	6	3		
			0	3	0	7	7	3	0	7	%	0	½	½		
			%	%	%	%	%	%	%	%	%	%				
			Rata - Rata										6	3	64	Cukup
													½	½	.3	
															3	

**b. Posttest Pengetahuan**

No	Respon den	UM UR	POST TEST PERTANYAAN										Be nar	Sa lah	Tot al	Kateg ori
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1.	YF	34	B	S	S	B	B	B	B	B	B	B	8 ½	1 ½	85	Baik
2.	DY	25	B	B	B	B	B	B	B	S	B	B	9	1	90	Baik
3.	NA	34	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	10	0	100	Baik
4.	AA	27	B	S	B	B	B	B	B	S	B	B	8	2	80	Baik
5.	BA	23	B	B	S	B	B	B	B	B	B	B	9	1	90	Baik
6.	YA	34	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9 ½	½	95	Baik
7.	DU	34	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9 ½	½	95	Baik
8.	II	24	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	10	0	100	Baik
9.	SIS	29	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9 ½	½	95	Baik
10.	SZ	30	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9	1	90	Baik
11.	RA	27	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9	1	90	Baik
12.	IW	25	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	10	0	100	Baik
13.	MA	23	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	9	1	90	Baik
14.	UD	24	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	10	0	100	Baik
15.	PY	29	B	B	B	B	B	B	B	B	S	B	9	1	90	Baik
% BENAR			1 0 0 %	4 7 %	8 7 %	1 0 0 %	1 0 0 %	1 0 0 %	10 0 %	8 7 %	9 3 %	10 0 %				
			Rata - Rata										9	1	92. 67	BAIK

## Lampiran 17. Hasil Analisis Statistik Paired Sample T-Test Pengetahuan

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Pengetahuan	.192	15	.142	.952	15	.555
Posttest Pengetahuan	.207	15	.084	.891	15	.070

a. Lilliefors Significance Correction

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Pengetahuan	15	45	85	965	64.33	10.499
Posttest Pengetahuan	15	80	100	1390	92.67	5.936
Valid N (listwise)	15					

### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest Pengetahuan - Posttest Pengetahuan	-28.333	6.726	1.737	-32.058	-24.609	-16.315	14	.000

## Lampiran 18. Hasil Analisis Statistik Paired Sample T-Test Sikap

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Sikap	.213	15	.067	.904	15	.109
Posttest Sikap	.283	15	.002	.888	15	.063

a. Lilliefors Significance Correction

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Sikap	15	63	75	1034	68.93	3.731
Posttest Sikap	15	80	100	1360	90.67	5.300
Valid N (listwise)	15					

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest Sikap - Posttest Sikap	-21.733	2.890	.746	-23.334	-20.133	-29.125	14	.000

**Lampiran 19. Hasil Analisis Statistik Paired Sample T-Test Keterampilan**

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Keterampilan	.188	15	.161	.924	15	.224
Posttest Keterampilan	.219	15	.052	.888	15	.063

a. Lilliefors Significance Correction

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Keterampilan	15	45	70	895	59.67	6.673
Posttest Keterampilan	15	85	100	1405	93.67	4.419
Valid N (listwise)	15					

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest Keterampilan - Posttest Keterampilan	-34.000	4.706	1.215	-36.606	-31.394	-27.984	14	.000

## Lampiran 20. Tabel Hasil Evaluasi Penyuluhan

<i>Kriteria</i>	<i>Hasil</i>
<i>Kesesuaian bahasa penyuluh saat menyampaikan materi</i>	<i>67% (10 orang) sangat sesuai dalam kesesuaian bahasa menyampaikan materi, 33% (5 orang) sesuai</i>
<i>Materi yang disampaikan sesuai dengan topik</i>	<i>60% (9 orang) sangat sesuai materi yang disampaikan dengan topik, 40% (6 orang) sesuai</i>
<i>Materi yang disampaikan penyuluh jelas</i>	<i>87% (13 orang) sangat jelas materi yg disampaikan, 13% (2 orang) jelas</i>
<i>Kemampuan penyuluh memaparkan materi dan menjawab pertanyaan</i>	<i>93% (14 orang) sangat baik kemampuan memaparkan materi dan menjawab pertanyaan, 7% (1 orang) baik</i>
<i>Ruangan yang digunakan kondusif dan nyaman</i>	<i>67% (10 orang) sangat kondusif dan nyaman ruangnya, 33% (5 orang) kondusif dan nyaman</i>
<i>Metode demonstrasi dan tanya jawab yang digunakan penyuluh sesuai</i>	<i>53% (8 orang) metode yg digunakan sesuai yaitu demonstrasi dan tanya jawab, 47% (7 orang) sangat sesuai</i>
<i>Penyuluh mengapresiasi dan berinteraksi dengan responden baik</i>	<i>67% (10 orang) interaksi dan apresiasi responden sangat baik, 33% (5 orang) baik</i>
<i>Responden menyukai mengikuti penyuluhan gizi</i>	<i>73% (11 orang) ibu balita sangat suka mengikuti kegiatan penyuluhan, 27% (4 orang) suka</i>
<i>Penyuluh menggunakan waktu dengan baik</i>	<i>60% (9 orang) waktu yg digunakan sesuai, 40% (6 orang) sangat sesuai</i>
<i>Penyuluh menguasai alat peraga dan materi yang dipaparkan dengan baik</i>	<i>67% (10 orang) keterampilan menguasai alat peraga dan materi sangat baik, 33% (5 orang) baik</i>

# Dokumentasi Penyuluhan Gizi

Kelurahan Bareng  
RW 07



Penelitian wulan cahyani

# Dokumentasi Penyuluhan Gizi

Kelurahan Bareng  
RW 07



Penelitian wulan cahyani

Lampiran 22. Booklet

Pendampingan

Gizi

Ibu Balita

**BOOKLET**

# **YUK PERHATIKAN SI KECIL**



Tahun 2024

## POKOK BAHASAN



**01** SUMBER GIZI UNTUK BALITA

---

**02** ASI EKSKLUSIF

---

**03** MPASI

---

**04** CARA MENGOLAH MAKANAN

---

**05** BAHAN TAMBAHAN PANGAN

---

**06** UPAYA MENGATASI ANAK  
SULIT MAKAN

---

**07** PANTAU PERTUMBUHAN

---

---

---



1

## SUMBER GIZI UNTUK BALITA

# Tahukah Kamu?

Makanan bergizi seimbang yang dibutuhkan oleh balita yaitu makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Asupan gizi balita harus diperhatikan karena akan mempengaruhi serta menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya.

### Sumber gizi :

**Karbohidrat** : untuk sumber energi dan perbaikan jaringan tubuh yang rusak. Sumbernya beras merah dan biji-bijian yang banyak serat.

**Protein** : untuk perkembangan otak. Sumbernya dari telur

**Lemak** : untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Sumbernya dari minyak ikan.

**Vitamin & Mineral** : untuk menjaga daya tahan tubuh. sumbernya sayuran dan buah-buahan







**Air** : untuk menetralkan suhu tubuh dan mencegah dehidrasi.

03



## Manfaat

Balita akan mendapat manfaat jika mengonsumsi makanan dengan proporsi gizi yang seimbang.

- ✓ Menjaga daya tahan tubuh balita sehingga tidak mudah diserang penyakit 
- ✓ Mempercepat pertumbuhan fisik 
- ✓ Pengembangan otak & mental anak 
- ✓ Membuat anak aktif, bersemangat, dan tidak mudah lelah 
- ✓ Memenuhi kebutuhan gizi balita 
- ✓ Terhindar dari permasalahan gizi 

## Prinsip gizi balita

- ✓ Dipengaruhi gizi ibu saat hamil
- ✓ Makanan padat untuk belajar mengunyah
- ✓ Makanan bervariasi untuk mencegah rasa bosan
- ✓ Hindari pemberian susu saja, karena susu bukan pengganti makanan
- ✓ Balita menunjukkan pertumbuhan badan pesat & sering menderita gangguan gizi

# 04

## 2

## ASI EKSKLUSIF



**Apa itu ASI  
Eksklusif?**



ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada Bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain.

Segera berikan makanan pertama (ASI) kepada Bayi dalam waktu 1 (satu) jam setelah lahir. Makanan pertama dan terbaik untuk bayi adalah Air Susu Ibu (ASI), semakin lama seorang bayi mengonsumsi ASI maka akan semakin baik. ASI merupakan makanan paling lengkap mengandung zat-zat gizi yang sangat diperlukan bayi. Kebutuhan kalori bayi antara 100-200 kkal/kgBB. Berikan ASI sesuai keinginan anak, paling sedikit 8 kali sehari (pagi, siang, malam ASI saja)

Apabila ibu tidak dapat memberikan ASI karena terkendala sesuatu dan lain hal, dapat diberikan ASI melalui pendonor ASI (PP No.33 pasal 11 ayat 1). Selain itu dapat memberikan susu rumusan kedelai (*soy formula*) yang merupakan pilihan yang baik dan mudah diperoleh. Jangan memakai susu kedelai komersial. Bayi memiliki kebutuhan spesial dan memerlukan rumusan kedelai yang dikembangkan untuk kebutuhan tersebut.

# 05

## Kondisi Ibu yang Tidak Dapat Memberikan ASI Eksklusif



### Secara permanen

- ✦ Terinfeksi *Human Immunodeficiency Virus*. Kondisi tersebut bisa berubah jika secara teknologi ASI Eksklusif dari ibu terinfeksi *Human Immunodeficiency Virus* dinyatakan aman bagi Bayi dan demi untuk kepentingan terbaik Bayi. Kondisi tersebut juga dapat diberlakukan bagi penyakit menular lainnya

### Secara sementara

- 1 penyakit parah yang menghalangi seorang ibu merawat Bayi, misalnya sepsis (infeksi demam tinggi hingga tidak sadarkan diri)
- 2 infeksi *Virus Herpes Simplex tipe 1 (HSV-1)* di payudara, kontak langsung antara luka pada payudara ibu dan mulut Bayi sebaiknya dihindari sampai semua lesi aktif telah diterapi hingga tuntas
- 3 obat-obatan psikoterapi jenis penenang, obat anti epilepsi dan opioid dan kombinasinya dapat menyebabkan efek samping seperti mengantuk dan depresi pernapasan dan lebih baik dihindari jika alternatif yang lebih aman tersedia
- 4 Radioaktif *Iodine-131* lebih baik dihindari mengingat bahwa alternatif yang lebih aman tersedia, seorang ibu dapat melanjutkan menyusui sekitar 2 (dua) bulan setelah menerima zat ini
- 5 penggunaan yodium atau yodoform topikal misalnya *povidone-iodine* secara berlebihan, terutama pada luka terbuka atau membran mukosa, dapat menyebabkan penekanan hormon tiroid atau kelainan elektrolit pada Bayi yang mendapat ASI dan harus dihindari
- 6 sitotoksik kemoterapi yang mensyaratkan seorang ibu harus berhenti menyusui selama terapi.

06

## Manfaat Memberikan ASI Eksklusif



### Bagi Bayi

- 1 Menutrisi untuk awal pertumbuhan bayi
- 2 Membantu perkembangan otak anak
- 3 Sumber antibodi
- 4 Mencegah alergi
- 5 Meningkatkan bonding ibu & anak
- 6 Penting untuk tulang
- 7 Mengurangi resiko infeksi saluran kemih

### Bagi Ibu

- 1 Menurunkan berat badan
- 2 Menjaga kesehatan
- 3 Membangun keintiman
- 4 KB alami
- 5 Pemulihan pasca melahirkan



**07**



## Bagaimana Cara Menyimpan ASI



Bila ibu ingin menyimpan ASI dalam suhu ruangan 19 – 25 derajat Celsius, ASI hanya bisa tahan 4 – 8 jam.

Simpan ASI di suhu 0 – 4 derajat Celsius di lemari es. Pada suhu ini ASI bisa bertahan selama 1 – 2 hari.

ASI yang disimpan dalam freezer satu pintu bisa tahan selama 2 bulan.

ASI yang disimpan dalam lemari es dua pintu bisa tahan lebih lama dengan durasi 3 – 4 bulan.

Pastikan ASI disimpan dalam kemasan plastik polietilen atau gelas kaca.

## Faktor yang Mempengaruhi Rasa ASI



- 1 Makanan yang ibu makan
- 2 Obat-obatan
- 3 Membekukan dan mencairkan ASI (dapat memberikan rasa sabun)
- 4 Infeksi seperti mastitis
- 5 Alkohol,
- 6 Merokok
- 7 Hormon



# 08

# 3

## MAKANAN PENDAMPING ASI

### Apa itu MPASI?

MPASI merupakan makanan yang diberikan pada anak usia 6-24. Bukan untuk menggantikan ASI tetapi untuk melengkapi ASI yang diberikan untuk memenuhi kebutuhan gizinya.

- ✓ Untuk menambah energi dan zat-zat gizi yang diperlukan bayi, karena ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi secara terus menerus
- ✓ Untuk mengisi kesenjangan antara kebutuhan nutrisi total pada anak dengan jumlah yang didapat dari ASI (WHO)

Apasih tujuan  
MPASI ?



Apakah MPASI tidak  
boleh diberikan di  
usia <6 bulan?

Tidak bisa, karena akan meningkatkan resiko penyakit infeksi seperti diare (resiko jangka pendek). Jika anak minum ASI lebih sedikit maka akan sulit memenuhi kebutuhan nutrisi anak sehingga menyebabkan bayi menangis secara terus menerus (rewel) karena adanya kram di dalam usus.



### Resiko Jangka Panjang

Obesitas

Hipertensi

Alergi makanan

Arteriosklerosis



# 09

## Persiapan Sebelum Menyiapkan Makanan



Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir



Pisahkan makanan mentah dan matang



Buah & sayuran mentah dicuci dan disimpan ditempat sejuk



Simpan makanan matang pada wadah yang tertutup

## Prinsip Pemberian MP-ASI

**Tepat Waktu** MPASI diberikan pada usia 6 bulan

**Aman** MPASI disiapkan dan disimpan dengan cara yang higienis, diberikan menggunakan tangan dan peralatan yang bersih

**Adekuat** MPASI diberikan harus dengan pertimbangan usia, jumlah, frekuensi, konsistensi/tekstur, dan variasi makanan

**Diberikan dengan cara yang benar** terjadwal, menyiapkan lingkungan yang kondusif, porsi kecil, mestimulasi anak untuk makan sendiri, dan membersihkan mulut selesai makan

# 10



## Tabel Pemberian Makan

Usia Bayi	Konsistensi atau tekstur	Frekuensi	Jumlah Tiap Kali Makan
Usia 6-8 Bulan	Mulai dengan bubur kental, makanan lumat	2-3 kali/hari menu utama, 1-2 kali/hari selingan.	Mulai dengan 2-3 sdm tiap kali makan, tingkatkan bertahap hingga 1/2 mangkuk (125 ml)
Usia 9-11 Bulan	makanan yang dicincang halus dan makanan yang dapat dipegang bayi.	3-4 kali/hari menu utama, 1-2 kali/hari selingan.	1/2 - 3/4 mangkuk ukuran 250 ml (125 - 200 ml)
Usia 12-23 Bulan	makanan keluarga	3-4 kali/hari menu utama 1-2 kali/hari selingan.	3/4 - 1 mangkuk ukuran 250 ml



## Contoh Menu MPASI



### Usia 6-8 Bulan

-  Bubur Singkong Isi ikan dan ayam
-  Bubur Soto Ayam
-  Bubur Sup telur, Ayam kacang merah
-  Bubur Jagung ayam & udang
-  Puding kentang ayam & telur

### Usia 9-11 Bulan

-  Nasi Tim Ikan Tuna Telur Puyuh
-  Nasi Tim Ikan Lole & Ayam Cincang
-  Mie Kukus Telur Puyuh
-  Nasi Tim Ikan, Telur Puyuh & Sayuran
-  Tim Bubur Manado Isi Daging & Udang

### Usia 12-24 Bulan

-  Nasi Sup Telur Puyuh Bola Tahu Ayam
-  Nasi Soto Ayam Kuah Kuning
-  Nasi Sup Telur Puyuh Ikan & Labu Kuning
-  Nasi Ikan Kuah Kuning
-  Nasi Nugget Isi Tempe, Ayam, & Sayuran

## Contoh Resep MPASI 6-8 Bulan



### Bubur Soto Ayam

Resep Untuk 3 Porsi

\*kontribusi energi 48% dari kebutuhan makanan tambahan sehari

#### Nilai Gizi 1 Porsi

- ✓ Energi 96 Kkal
- ✓ Protein 4,6 g
- ✓ Lemak 4,1 g

#### Bahan

- 60 g (6 sdm) Nasi putih
- 45 g (4,5 sdm) Daging ayam cincang
- 30 g (1 ptg kcl) Tahu
- 30 g (3 sdm) Labu siam
- 15 g (1,5 sdm) wortel
- 1 Lembar daun salam
- 1 Batang sereh
- 1 Lembar daun jeruk
- 5 g (1 sdm) minyak goreng
- 30 ml (3 sdm) santan
- 300 ml air kaldu ayam

#### Bumbu Halus :

- 1 Siung bawang merah
- 1 Siung bawang putih
- 1 cm kunyit
- 1 cm Jahe

# 12

#### Cara Membuat

- Tumis bumbu halus sampai harum, lalu masukkan ayam cincang sampai berubah warna
- Masukkan air kaldu ayam, santan, daun salam, sereh, & daun jeruk kemudian masak sampai mendidih
- Masukkan nasi, tahu, labu siam & wortel yang sudah diiris kecil-kecil. Aduk dan masak hingga semua bahan empuk
- Setelah itu haluskan sampai tekstur yang lumat, dan sajikan saat masih hangat

#### Buah

100 g (3 bh kecil) jeruk yang diambil sarinya saja

### Contoh Resep MPASI 9-11 Bulan



### Nasi Tim Ikan Lele

Resep Untuk 3 Porsi

#### Nilai Gizi 1 Porsi

- ✓ Energi 125 Kkal
- ✓ Protein 4,5 g
- ✓ Lemak 4,9 g

\*kontribusi energ: 41% dari kebutuhan makanan tambahan sehari

#### Bahan

- 100 g (10 sdm) Nasi putih
- 30 g (3 sdm) Daging ayam cincang
- 10 g (1 sdm) Daging ikan lele
- 10 g (1 sdm) wortel
- 1,5 sdm bawang bombay (iris halus)
- 5 g (1 sdm) minyak goreng
- 30 ml (3 sdm) santan
- 300 ml air kaldu ayam

#### Cara Membuat

- Masukkan nasi, daging ayam cincang, ikan lele, bawang bombay, minyak dan santan kedalam mangkok tim
- Setelah itu tambahkan air kaldu
- Kemudian masukkan wortel yang sudah di cincang halus, masak hingga lunak dan matang
- Angkat dan sajikan

#### Buah

180 g (1 ptg bsr) Semangka

# 13

## Contoh Resep MPASI 12-24 Bulan



### Nasi Sup Telur Puyuh Bola Tahu Ayam

Resep Untuk 3 Porsi

#### Nilai Gizi 1 Porsi

- ✓ Energi 260 Kkal
- ✓ Protein 10,4 g
- ✓ Lemak 10,7 g

\*kontribusi energi 47,2% dari kebutuhan makanan tambahan sehari

#### Bahan

- 150 g (15 sdm) Nasi putih
- 45 g (1 ptg kcl) Tahu putih
- 60 g (6 sdm) Daging ayam cincang
- 60 g (6 btr) Telur puyuh rebus
- 30 g (3 sdm) Wortel
- 30 g (3 sdm) Jagung pipil kuning
- 30 g (3 sdm) Brokoli
- Air secukupnya
- 10 g (1 btg) Seledri diiris
- 10 g (1 btg) Daun bawang diiris
- 15 g (1,5 sdm) Tepung tapioka
- Garam secukupnya
- Gula secukupnya
- Merica secukupnya
- 10 g (1 sdm) Bawang goreng

#### Cara Membuat

- Rebus air sampai mendidih. Campurkan tahu, daging ayam cincang, bumbu halus, garam, gula, dan merica.
- Selanjutnya haluskan serta tambahkan tapioka kemudian aduk hingga tercampur rata dan bisa di bentuk. Ambil adonan sebanyak satu sendok teh kemudian bentuk bulat dan langsung di masukkan pada air mendidih. Lakukan sampai adonan habis
- Setelah semua bola-bola tahu ayam mengapung masukan wortel dan jagung terlebih dulu, tunggu sejenak kemudian masukan brokoli dan telur puyuh rebus, irisan bawang daun dan seledri.
- Setelah sayuran matang koreksi rasa. Lalu jika sudah pas sajikan dengan nasi dan taburan bawang goreng

#### Buah

135 g (3 ptg) Melon

# 14



## 4

# Cara Mengolah Makanan

Perubahan nutrisi makanan bergantung pada cara memasak dan bahan makanan yang di masak

### Tumis

Dapat mempertahankan nutrisi dan phytochemical dalam sayuran dengan menggunakan temperatur tinggi. Perhatikan jumlah minyak yang digunakan karena banyak jenis sayuran yang dapat menyerap minyak.

### Goreng

Dapat mengakibatkan meningkatnya kandungan lemak di dalam bahan makanan dan dapat terbentuknya acrylamide (senyawa karsinogenik) dan hilangnya vitamin larut lemak (A, D, E, K).

### Kukus

Cara ini lebih baik dalam menyimpan nutrisi dalam sayuran karena tidak berkontak langsung dengan air. Kukus sampai lunak tetapi tetap garing.

### Rebus

Dapat mengakibatkan hilangnya vitamin yang dapat larut dalam air (vitamin B, C, dan asam folat) dan hilangnya kandungan antioksidan (glucosinolates) serta mineral potasium.



## 15



### Saat Pengolahan Perhatikan Hal Ini

- ✓ Proses pengolahan yang baik berdasarkan waktu dan suhu. hindari konsumsi makanan yang tidak dimasak tuntas karena akan mengundang bakteri ke dalam tubuh.
- ✓ Pemisahan bahan pangan hewani atau unggas dengan bahan lain.
- ✓ Pendinginan, akan memperlambat pertumbuhan bakteri. pastikan suhu penyimpanan tidak hanya sekedar suhu ruang (24 derajat C) atau hangat
- ✓ Gunakan papan potong atau alat lain yang berbeda untuk pangan hewani dan non-hewani

### 4 Cara Penyimpanan yang memenuhi syarat hygiene sanitasi

- ✓ Penyimpanan sejuk (cooling), 10-15 derajat C untuk jenis minuman, buah dan sayuran
- ✓ Penyimpanan dingin (chilling), 14-10 derajat C untuk jenis bahan makanan berprotein yang akan segera diolah kembali
- ✓ Penyimpanan dingin sekali (freezing), 0-4 derajat C untuk bahan makanan yang berprotein yang mudah rusak untuk jangka waktu sampai 24 jam
- ✓ Penyimpanan beku (frozen), < 0 derajat C untuk bahan makanan yang berprotein yang mudah rusak jangka waktu >24 jam

**16**

# 5

## Bahan Tambahan Pangan



Zat pengawet sintesis memiliki efek samping :

**Formalin** : dapat menyebabkan kanker paru-paru, gangguan alat pencernaan, penyakit jantung, dan merusak sistem saraf. Biasanya untuk pengawet mayat tetapi digunakan pada mie

**Boraks** : Dapat menyebabkan mual, muntah, diare, kerusakan ginjal, gangguan pada tak dan hati. sering digunakan pada bakso

**Natamisin** : Dapat menyebabkan mual, muntah, diare, tidak nafsu makan, dan perlukaan kulit. digunakan pada makanan & minuman kaleng.

**Kalium Asetat** : dapat menyebabkan kerusakan fungsi ginjal. digunakan pada makanan & minuman kaleng.

**Kalsium, Natrium, dan Asam Benzoate** : jika berlebihan dapat menyebabkan asma. (kecap, saus, margarin, buah kaleng)

**Nitrat** : menyebabkan sulit bernafas, sakit kepala, anemia, gangguan pada ginjal, dan muntah-muntah. (warna daging )

**Sulfur Dioksida** : menyebabkan perlukaan lambung, mempercepat serangan asma, kanker dan alergi. (warna daging)

**Kalsium dan Natrium Prapionak** : dapat menyebabkan migren, kelelahan, dan sulit tidur jika berlebihan. biasanya digunakan pada roti, keju, margarin.

**Natrium Metasulfat** : dapat menyebabkan alergi pada kulit. digunakan pada makanan dan minuman

# 17



# 6

## Mengatasi Anak Sulit Makan



Cara mengatasi anak sulit makan :

- ✓ **Porsi kecil.** Berikan makanan secukupnya, karena anak akan bangga jika menghabiskan porsi makannya
- ✓ **Beri pujian.** Jika anak mampu menghabiskan porsinya berilah pujian sehingga menyenangkan hati anak
- ✓ **Biarkan anak mengambil porsinya sendiri.** Berikan kebebasan pada anak sebab anak akan merasa dihormati dan bertanggungjawab terhadap makanan tersebut
- ✓ **Berilah makan saat lapar.** Apabila hendak menyajikan jenis makanan baru yang belum dikenal, sebaiknya diberikan pada saat anak lapar
- ✓ **Hindari rasa bersalah.** Apabila anak memecahkan peralatan makan, jangan dimarahi. Sebaiknya gunakan peralatan yang terbuat dari plastik
- ✓ **Sajikan makanan yang terbaik.** gunakan piranti saji dengan bentuk dan warna yang menarik
- ✓ **Ciptakan suasana makan yang menyenangkan.** Hindari penyuaapan yang memaksa
- ✓ **Kurangi hal-hal yang dapat mengalihkan perhatian.** Menonton televisi pada waktu makan menyebabkan anak lambat makan dan kurang perhatian terhadap makanannya.



# 7

## Pantau Pertumbuhan

- ➔ Penimbangan berat badan setiap bulan, dan pengukuran tinggi badan setiap 3 bulan serta pengukuran lingkaran kepala sesuai jadwal.
- ➔ Rajin datang ke posyandu agar dapat deteksi dini masalah pertumbuhan menggunakan KMS pada buku KIA.
- ➔ Memantau balita berat badan tidak naik, berat badan kurang dengan upaya pencegahan dan penanggulangan keadaan gizi balita terdeteksi sedini mungkin.
- ➔ panjang anak dapat bertambah lebih kurang 10 cm per-tahun. penambahan berat badan anak tergantung dari makanan, hormon, dan faktor keturunan.
- ➔ Terganggunya pertumbuhan itu sangat berpengaruh terhadap perkembangan mental dan kecerdasan anak.
- ➔ Seorang peneliti mengungkapkan bahwa kekurangan zat gizi berupa vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya mempengaruhi metabolisme di otak sehingga mengganggu DNA di susunan saraf artinya terganggunya pertumbuhan sel-sel otak baru atau mengeliminasi sel otak terutama anak usia di bawah 3 tahun.

**19**



Penimbangan dan pengukuran PB/TB secara teratur



Pengisian kurva pertumbuhan di buku KIA agar dapat menentukan status pertumbuhan berdasarkan kenaikan berat badan

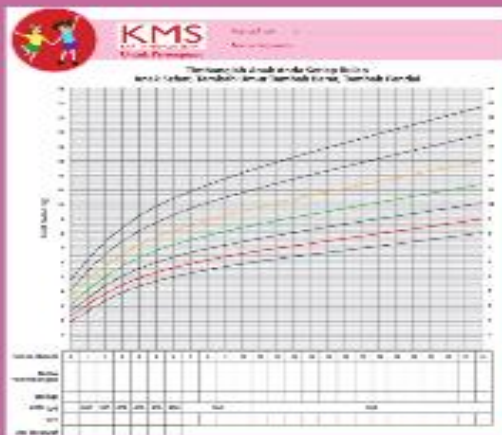


Tindak lanjut setiap kasus gangguan pertumbuhan berupa konseling dan rujukan



Tindak lanjut berupa kebijakan dan program serta meningkatkan motivasi untuk memberdayakan keluarga

**20**



**Arti 3 garis warna :**

- Garis Hijau : Batas garis pertumbuhan normal
- Garis Merah : Batas garis pertumbuhan yang menandakan gizi kurang
- Garis Oranye : Batas garis pertumbuhan yang menandakan gizi lebih

**Cara Membaca KMS**

- Naik (N) : jika grafik mengikuti garis pertumbuhan/kenaikan berat badannya lebih atau sama dengan standar kenaikan BB sesuai usia.
- Tidak Naik (T) : jika grafik mendatar atau menurun dari garis pertumbuhan karena kenaikan berat badan kurang dari standar dengan BB sesuai usia
- NOTE : Pembacaan dilihat dari grafik apakah mengikuti garis hijau (garis pertumbuhan normal), memotong garis pertumbuhan dan mengarah ke garis oranye (gizi lebih) ataupun merah (gizi kurang)



21

## **DAFTAR PUSTAKA**

**Irianto K. (2014). Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi. Alfabeta, Bandung**

---

**Kementerian Kesehatan RI (2023) Petunjuk Teknis PMT Berbahan Pangan Lokal untuk Balita**

---

**Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 66 Tahun 2014 Tentang Pemantauan Pertumbuhan**

---

**Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak**

---

**Peraturan Pemerintahan RI No.33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI Eksklusif**

---

**Ekayanti I, dkk (2023). Buku Resep Makanan Lokal Bayi, Balita, dan Ibu Hamil. Kementerian Kesehatan RI.**

---

## **DAFTAR PUSTAKA**

**ASI Eksklusif. Website Halodoc diakses:**  
<https://www.halodoc.com/kesehatan/asi-eksklusif>

---

**ASI Eksklusif Artikel Kemenkes RI**  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1046/asi-eksklusif](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif)

---

**KMS, Isi, Fungsi, dan Cara Membacanya. Website Alodokter diakses:** <https://www.alodokter.com/kms-isi-fungsi-dan-cara-membacanya>

---

---

---

---