

Lampiran 1. Form Etik Penelitian



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:480 / KEPK-POLKESMA/ 2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh **Diana Rose Yulistiyowati**
The research protocol proposed by

Peneliti Utama **Diana Rose Yulistiyowati**
Principal In Investigator

Nama Institusi **Politeknik Kemenkes Malang**
Name of the Institution

Dengan Judul
Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan serta Tingkat Konsumsi Energi dan Protein pada Balita Stunting (6-59) bulan di Desa Kuwolu Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang
The Influence of Nutritional Assistance on Feeding Parenting and The Level Consumption (Energy and Protein) in Stunting (6-59) Mounths Toddlers in Kuwolu Village, Bululawang District, Malang District.

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 09 Januari 2019 sampai dengan 09 Januari 2020

This declaration of ethics applies during the period January 9, 2019 until January 9, 2020

Malang, 09 Januari 2019



Dr. ANNASARI MUSTAFA.,MSc.
Head of Committee

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian



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

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soelomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095

Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/ 5.0/ 0600 /2018

Malang, 28 September 2018

Lampiran : -

Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang

Di Tempat

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

No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
1.	Diana Rose NIM.1503410041	- Pola Asuh Makan - Tingkat Konsumsi Energi - Tingkat Konsumsi Protein

Mohon kiranya mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan Penelitian pada:

Tanggal : 01 Oktober - 31 Desember 2018

Waktu : 08.00 selesai

Tempat : Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi

Papriadi, SKM, MPd

NIP. 196411071988121001

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1 Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang

2 Kepala Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260
Email: bakesbangpol@malangkab.go.id – Website: <http://www.malangkab.go.id>
M A L A N G - 6 5 1 1 9

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/ 210 /35.07.207/2018

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

Menunjuk : Surat dari Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
No:DP.02.01/5.0/0600/2018 Tanggal: 28 September 2018 Perihal:Ijin Penelitian

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

Nama / Instansi : Diana Rose
Alamat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang 65112
Thema/Judul/Survey/Research : Pengaruh Pendampingan Gizi Terhadap Pola Asuh Makan Serta Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Pada Balita Stunting Usia 6-59 Bulan Di Desa Kuwolu, Kecamatan Bululawang, Kab. Malang
Daerah/tempat kegiatan : Di Desa Kuwolu, Kecamatan Bululawang, Kab. Malang
Lamanya : 01 Oktober - 31 Desember 2018
Pengikut :
Dengan Ketentuan :

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

Malang, 01 Oktober 2018

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN MALANG
Sekretaris



Tembusan :
Yth. Sdr.

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



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN

Jln. Panji No.120 Kepanjen Telp (0341) 393730-391621, Fax. (0341) 393734
Email : dinkes@malangkab.go.id website : http://dinkes.malangkab.go.id
KEPANJEN



Kepanjen, 11 Oktober 2018

Nomor : 072/ 3724 /35.07.103/2018
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Penelitian

Kepada :
Yth. Ketua Poltekkes Kemenkes Malang

Di -

TEMPAT

Menjawab Surat dari Ketua Poltekkes Kemenkes Malang, Nomor DP.02.01/5.0/6000/2018, tanggal 28 September 2018 tentang Penelitian, dengan ini kami TIDAK KEBERATAN dilaksanakan Kegiatan tersebut oleh :

Nama : Diana Rose
NIM : 1503410041
Judul : *Pengaruh Pendampingan Gizi Terhadap Pola Asuh Makan Serta Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Pada Balita Stunting Usia 6-59 Bulan Di Desa Kuwolu Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang*
Tempat Kegiatan : Puskesmas Bululawang Kab. Malang
Waktu Kegiatan : 01 Oktober - 31 Desember 2018

Dengan ketentuan sebagai berikut :

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN

dr. R. RATIH MAHARANI, M.M.R.S
Pembina

NIP. 19670928 200003 2 003

Tembusan. Yth:

1. Kepala UPT Puskesmas Bululawang Kab. Malang
2. Sdr. Diana Rose

Lampiran 3. Form Penjelasan Sebelum Penelitian

Penjelasan Sebelum Penelitian

Judul Penelitian: Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi (Energi dan Protein) pada Balita *Stunting* (6-59) bulan di Desa Kuwolu Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang.

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

Penjelasan

Pada formulir informasi yang Ibu pegang ini, Ibu akan mendapatkan informasi tentang segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian ini. Penjelasan tersebut berisi tentang tahapan penelitian yang disampaikan dengan jelas dan terbuka. Penjelasan ini diharapkan dapat membantu Ibu dalam memutuskan apakah Ibu diikuti atau tidak dalam penelitian ini. Ibu diharapkan untuk membaca formulir informasi ini dengan seksama. Ibu dapat bertanya mengenai hal apapun yang terkait 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 tentang penelitian ini dan bersedia ikut serta, Ibu dapat menandatangani formulir persetujuan pada akhir penjelasan informasi ini, dan akan diberi fotokopian untuk disimpan.

Perkenalan

Saya bernama Diana Rose Yulistyowati, mahasiswi semester VII dari Prodi D-IV Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi (Energi dan Protein) pada Balita

Stunting (6-59) bulan di Desa Kuwolu Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang”.

Prosedur

Prosedur pengambilan data penelitian dengan cara wawancara, pengukuran berat badan dan tinggi badan balita yang membutuhkan waktu kira kira 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 untuk beraktivitas, kemudian akan diberikan penjelasan mengenai mengenai 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 mengenai gizi seimbang bagi balita, penyebab *stunting*, dampak *stunting*, cara pencegahan *stunting* balita serta peneliti akan memberikan solusi, nasehat, dan motivasi dari masalah gizi balita yang ibu hadapi.

Kerahasiaan

Data yang didapat hanya akan digunakan dalam penelitian ini dan tidak akan disebar luaskan untuk tujuan lain. Tidak ada biaya apapun yang akan dikenakan pada penelitian ini.

Rujukan

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

Diana Rose Yulistyowati

Jl. Kebonsari V No. 29 Kota Malang

Telp. 081233021337

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden

FORMULIR PERSETUJUAN UNTUK BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Ibu : Dewi

Nama balita : Rico

Alamat : Desa Kuwolu / Makbul

Menyatakan **setuju/tidak setuju*** untuk mengikuti dan berpartisipasi pada penelitian dengan judul "Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan serta Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Balita *Stunting* Usia 6 – 59 bulan di Desa Kuwolu, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang". _____

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Peneliti



Diana Rose Y

Responden Penelitian



(Dewi.....)

Lampiran 5. Form *Observation List* Pola Asuh Makan

IDENTITAS RESPONDEN

Kode responden :

Tanggal wawancara :

I. Identitas Ibu Balita	
1. Nama	<input type="text"/>
2. Usia	<input type="text"/> <input type="text"/> tahun
3. Alamat	<input type="text"/>
4. Pendidikan	<input type="text"/>
5. Jumlah Anggota Keluarga	<input type="text"/> <input type="text"/> orang
6. Pekerjaan	
a. Suami	<input type="text"/>
b. Istri	<input type="text"/>
c. Lain-lain	<input type="text"/>
7. Pendapatan Keluarga (Rata-rata pendapatan utama dan sampingan per bulan)	
a. Suami	<input type="text"/>
b. Istri	<input type="text"/>
c. Lain-lain	<input type="text"/>
II. Identitas Balita	
1. Nama	<input type="text"/>
2. Jenis Kelamin	<input type="text"/>
3. Tanggal Lahir	<input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
4. Umur (bulan)	<input type="text"/> <input type="text"/> bulan
5. Balita ke	<input type="text"/> <input type="text"/>
6. Jumlah Saudara	<input type="text"/> <input type="text"/>
7. Berat Badan lahir	<input type="text"/> <input type="text"/> kg
8. Panjang Badan lahir	<input type="text"/> <input type="text"/> cm
9. Berat Badan Sekarang	<input type="text"/> <input type="text"/> kg
10. Tinggi/Panjang Badan Sekarang	<input type="text"/> <input type="text"/> cm

Kode responden:

FORM OBSERVATION LIST POLA ASUH MAKAN BALITA

No	Pernyataan	Ya	Tidak
6-24 bulan			
1	Balita saat ini masih diberi ASI		
2	Balita saat ini diberi MP-ASI		
3	Balita makan sesuai frekuensi makan yang dianjurkan menurut usia *6-8 bulan = 2x sehari *9-11 bulan = 3x sehari + 1-2x makanan selingan *12-24 bulan = 3x sehari + 2x makanan selingan		
4	Balita makan sesuai bentuk makanan yang dianjurkan menurut usia *6-8 bulan = makanan lumat *9-11 bulan = makanan lembik *12-24 bulan = makanan keluarga		
5	Ibu balita mencuci tangan sebelum menyiapkan makan dan menyuapi anaknya		
6	MP-ASI yang disajikan padat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral) dan bervariasi tiap harinya		
7	Ibu memberi makan dengan sabar dan tidak tergesa-gesa		
8	Ibu memberikan senyuman/suasana yang diciptakan ibu menyenangkan bagi anak pada saat situasi makan		
9	Makanan dipotong kecil sehingga anak dapat belajar memegang dan makan sendiri		
10	MP-ASI yang disajikan habis dimakan oleh balita		
SKOR			
25-59 bulan			
1	Ibu serta balita mencuci tangan sebelum mengolah makanan, menyiapkan makan, dan sebelum makan		
2	Balita makan sesuai frekuensi makan yang dianjurkan menurut usia *25-59 bulan = 3x sehari + 2x makanan selingan		
3	Balita makan sesuai bentuk makanan yang dianjurkan menurut usia *25-59 bulan = makanan keluarga		
4	Makanan yang disajikan padat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral) dan bervariasi tiap harinya		
5	Kebiasaan waktu makan anak teratur *pagi, siang, dan malam		
6	Ibu tidak memaksa makan ketika balita belum merasa lapar		
7	Ibu membujuk dan menciptakan suasana gembira untuk meningkatkan nafsu makan anak		
8	Orang tua mendampingi balita pada saat makan		
9	Orang tua tidak memberikan makanan selingan pada balita ketika makan makanan utama		
10	Makanan yang disajikan habis dimakan oleh balita		
SKOR			

Kode responden: *Richo*

FORM CHECKLIST POLA ASUH MAKAN BALITA

No	Pernyataan	Ya	Tidak
6-24 bulan			
1	Balita saat ini masih diberi ASI	✓	
2	Balita saat ini diberi MP-ASI	✓	
3	Balita makan sesuai frekuensi makan yang dianjurkan menurut usia *6-8 bulan = 2x sehari *9-11 bulan = 3x sehari + 1-2x makanan selingan *12-24 bulan = 3x sehari + 2x makanan selingan	✓	
4	Balita makan sesuai bentuk makanan yang dianjurkan menurut usia *6-8 bulan = makanan lumat *9-11 bulan = makanan lembik *12-24 bulan = makanan keluarga	✓	
5	Ibu balita mencuci tangan sebelum menyiapkan makan dan menyuapi anaknya	✓	
6	MP-ASI yang disajikan padat gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral) dan bervariasi tiap harinya	✓	
7	Ibu memberi makan dengan sabar dan tidak tergesa-gesa	✓	
8	Ibu memberikan senyuman/suasana yang diciptakan ibu menyenangkan bagi anak pada saat situasi makan	✓	
9	Makanan dipotong kecil sehingga anak dapat belajar memegang dan makan sendiri		✓
10	MP-ASI yang disajikan habis dimakan oleh balita	✓	
SKOR			(90)

Lampiran 6. Master Tabel mengenai Karakteristik Balita dan Ibu Balita

KODE	JK	UMUR (bln)		BB (kg)		PB/TB (cm)		POLA ASUH MAKAN		TINGKAT KONSUMSI ENERGI		TINGKAT KONSUMSI PROTEIN		PEKERJAAN IBU	PENDIDIKAN IBU
		PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST		
P1	L	20	21	10	12	75.5	76	50	70	Defisit berat	Energi	Defisit sedang	Diatas AKG	Petani	SD
P2	L	29	30	9	10	84	85.1	70	90	Normal	Diatas AKG	Normal	Diatas AKG	IRT	SD
P3	P	21	22	9	8	76	77.2	70	90	Normal	Defisit ringan	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMA
P4	P	32	33	11	10.5	82.5	83.7	80	90	Defisit berat	Diatas AKG	Defisit ringan	Diatas AKG	IRT	SMP
P5	P	18	19	8.6	9	73.1	73.3	60	90	Normal	Diatas AKG	Defisit sedang	Diatas AKG	Olshop	SMA
P6	L	13	14	7	7.5	65.5	67.5	80	80	Diatas AKG	Defisit berat	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMP
P7	L	22	23	7	8	75	75	70	90	Diatas AKG	Diatas AKG	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMP
P8	L	27	28	12	12	81	81	70	90	Defisit ringan	Diatas AKG	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMP
P9	L	39	40	13	13	90	93.5	60	80	Defisit berat	Normal	Normal	Normal	Swasta	SMP
P10	L	23	24	9	9	74.9	75	80	90	Normal	Defisit berat	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMP
P11	L	19	20	8.3	9	74.2	75.5	60	80	Defisit ringan	Diatas AKG	Normal	Diatas AKG	Guru	S1
K1	P	10	11	6	6	65.3	65.5	40	40	Normal	Diatas AKG	Defisit sedang	Diatas AKG	Penjahit	SMP
K2	P	17	18	8	8	71	75	80	80	Defisit berat	Diatas AKG	Defisit sedang	Diatas AKG	IRT	SD
K3	L	18	19	10.5	10.6	75.1	75.1	60	60	Defisit berat	Defisit berat	Defisit sedang	Defisit ringan	IRT	SMP
K4	L	16	17	8	8	71	74	60	60	Defisit ringan	Diatas AKG	Normal	Diatas AKG	IRT	SMP
K5	P	41	42	11	11	83	83	80	80	Diatas AKG	Diatas AKG	Diatas AKG	Diatas AKG	IRT	SMP
K6	P	25	26	11	11.5	82.5	83.5	50	50	Defisit berat	Defisit berat	Normal	Defisit berat	IRT	SMP
K7	L	9	10	9	8.5	62	64	50	50	Defisit ringan	Normal	Defisit sedang	Normal	IRT	SD
K8	L	34	35	10	10	80.5	80.5	80	80	Defisit berat	Diatas AKG	Normal	Diatas AKG	Penjahit	SMP
K9	L	13	14	9	9	71	71	70	70	Defisit berat	Defisit berat	Defisit berat	Normal	IRT	SMP
K10	L	14	15	8	8.1	69.2	69.3	40	40	Diatas AKG	Normal	Normal	Normal	IRT	SMP
K11	P	40	41	12.5	12.5	92.9	93	90	80	Diatas AKG	Defisit ringan	Defisit berat	Diatas AKG	IRT	SMP

Lampiran 7. Skor Pola Asuh Makan

Kode Responden		Skor Pola Asuh Makan																							
		Pre-Test										Post-Test													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Pendampingan	(6-24) bulan	P1	10	10	0	10	0	0	10	10	0	0	0	10	10	10	10	10	0	10	10	0	10		
		P3	10	10	10	10	0	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	
		P5	10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	
		P6	10	10	10	10	10	0	10	10	0	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10
		P7	10	10	10	10	0	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	
		P10	10	10	10	10	10	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	
		P11	10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	
	TOTAL (%)	100	100	85.7	100	28.5	0	100	100	0	57.1	57.1	100	100	100	100	85.7	100	100	28.5	71.4				
	(25-59) bulan	P2	0	10	10	0	10	10	10	10	0	10	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	
		P4	0	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	
		P8	0	10	10	0	0	10	10	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	
		P9	0	10	10	0	10	10	10	10	0	0	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	0	10
	TOTAL (%)	0	100	100	25	50	100	100	100	50	75	75	100	100	50	75	100	100	100	100	100	100	75		
	Kontrol	(6-24) bulan	K1	10	10	0	0	0	0	10	10	0	0	10	10	0	0	0	10	10	0	0	0	0	0
K2			10	10	10	10	10	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	0	0	10	
K3			10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	10	10	10	10	0	10	10	0	0	0	0	0	
K4			10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	0	0	
K7			10	10	0	10	0	0	10	10	0	0	10	10	0	10	0	0	10	10	0	0	0	0	
K9			10	10	10	10	0	0	10	10	0	10	10	10	10	10	0	0	10	10	0	0	0	10	
K10			10	10	0	10	0	0	10	0	0	0	10	10	0	10	0	0	10	0	0	0	0	0	
TOTAL (%)		100	100	57.1	85.7	14.2	0	100	85.7	0	28.5	100	100	57.1	85.7	14.2	42.8	100	42.8	0	28.5				
(25-59) bulan		K11	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	
		K5	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	
		K6	0	10	0	0	10	10	10	10	0	0	0	10	0	0	10	10	10	10	10	0	0	0	
		K8	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	0	10	10	0	10	10	10	10	10	10	10	10	
TOTAL (%)		25	100	75	0	100	100	100	100	75	75	25	100	75	0	100	100	100	100	100	75	75			

Lampiran 8. Satpel Pendampingan Gizi

SATUAN PENYULUHAN

Judul Kegiatan : Pendampingan Gizi
 Pokok Bahasan : Gizi Seimbang untuk Balita *Stunting*
 Jenis : Konseling
 Sasaran : Ibu balita *stunting*
 Waktu : ± 45 menit
 Tempat : Rumah masing-masing ibu balita *stunting*

NO	WAKTU (menit)	KEGIATAN	TINDAKAN	KETERAMPILAN
PENDAMPINGAN 1				
1	10	Perkenalan diri sebagai tenaga pendamping gizi Menjelaskan maksud dan tujuan penelitian	Assalamualaikum. Mohon maaf mengganggu waktu dan kegiatannya ibu. Perkenalkan nama saya Diana mahasiswa dari Poltekkes Malang Jurusan Gizi yang akan menjadi tenaga pendamping selama pendampingan gizi. Maksud dan tujuan saya adalah memberi pendampingan gizi berupa konseling pada ibu untuk memberikan materi terkait <i>stunting</i> dan gizi untuk menanggulangi balita <i>stunting</i> . Nanti, ibu dan saya saling berbagi, ibu boleh bertanya ketika ibu ingin tau. Pendampingan gizi ini berjalan selama 6 minggu dan jumlahnya ada 9 kali kunjungan. Selama penelitian atau pendampingan gizi, ibu tidak disarankan mengundurkan diri tanpa alasan. Pendampingan gizi ini sangat bermanfaat untuk ibu dan balita, nanti ibu juga mendapatkan media <i>booklet</i> pendampingan gizi balita <i>stunting</i> .	Membuka pendampingan gizi dengan perkenalan; menjelaskan maksud dan tujuan.
2	20	Pengumpulan data dasar	Baik, kali ini ibu mengisi identitas responden dengan lengkap, ya bu. Selagi ibu mengisi identitas responden, saya akan mengukur BB dan PB/TB balita ibu. Baik, karena pengumpulan data sudah selesai. Saya pamit dulu. Sampai ketemu di pendampingan gizi kedua ya, bu. Kalau ada yang perlu ditanyakan disampaikan saja. Nanti saya bantu memberi penjelasan.	Mengumpulkan data dasar

PENDAMPINGAN 2				
1	15	Melakukan <i>food recall</i> 24 jam	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan kedua, saya akan bertanya makanan apa saja yang dikonsumsi anak ibu selama 24 jam kebelakang. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui asupan makan anak ibu apakah sudah memenuhi kebutuhan gizi atau belum.	Menanyakan makanan yang dikonsumsi balita selama 24 jam
2	10	Bertanya mengenai masalah gizi responden	Assalamualaikum. Untuk sesi ini, saya akan bertanya mengenai apa saja masalah yang ibu dapatkan selama ini? Apakah ibu juga rutin ke posyandu untuk memantau perkembangan dan pertumbuhan balita ibu?	Mempertanyakan masalah gizi responden
3	20	Identifikasi masalah responden Memberi nasehat gizi sesuai masalah responden	Jika balita susah makan, makanan apa sih yang ibu berikan pada balita ibu? Jika saya perhatikan, sepertinya ibu perlu memodifikasi makanan balita agar makanan yang ibu sajikan dapat dikonsumsi habis oleh anak ibu. Makanan yang disajikan perlu diperhatikan dan tidak mengandalkan “yang penting kenyang” ya bu, melainkan perlu memperhatikan jenis dan jumlahnya. Karena makanan yang diberikan harus sesuai usia balita. Hal lainnya yang perlu ibu perhatikan adalah memantau perkembangan dan pertumbuhan anak. Untuk itu, ibu sebaiknya rutin ke posyandu. Karena jika ada yang tidak sesuai, balita dan ibu akan diberi tindak lanjut sehingga masalah yang ibu dapatkan akan teratasi di posyandu. Jika ibu ingin mendapatkan perubahan baik pada anaknya, ibu dapat melakukan saran saya. Untuk materi yang lebih mendalam, dilanjutkan pada pendampingan ketiga ya bu. Terima kasih atas waktunya.	Mengidentifikasi masalah gizi responden Memberi nasehat pada responden
PENDAMPINGAN 3				
1	15	Melakukan <i>food recall</i> 24 jam	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan hari ini, saya akan bertanya makanan apa saja yang dikonsumsi anak ibu selama 24 jam kebelakang. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui asupan makan anak ibu apakah sudah memenuhi kebutuhan gizi atau belum.	Menanyakan makanan yang dikonsumsi balita selama 24 jam terakhir
2	15	Mengajukan pertanyaan mengenai masalah gizi yang dihadapi responden	Kemudian, terkait masalah gizi yang ibu hadapi kemarin apakah ada kemajuan bu? Atau ada hal lain yang bisa saya bantu untuk mengatasi masalah ibu dalam hal pemberian makan kepada anak ibu? Yang terpenting dalam pemberian makan anak adalah porsi harus seimbang ya bu, terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah. Menu makanan yang seimbang akan memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga perkembangan dan pertumbuhan anak berjalan baik sesuai usianya. Untuk keterangan lebih lanjut mengenai kebutuhan zat gizi balita akan saya terangkan pada pendampingan selanjutnya ya bu. Jika ada pertanyaan bisa ditanyakan saat saya datang kesini. Terima kasih atas waktunya bu.	Menanyakan perkembangan masalah gizi yang dihadapi responden serta memberi nasehat sesuai masalah gizi yang dihadapi

PENDAMPINGAN 4

1	15	Melakukan observasi pola asuh makan	<p>Assalamualaikum. Kali ini ibu boleh menyuap anaknya atau memberi makan pada anaknya.</p> <p>Santai saja, disini ibu juga boleh berbagi mengenai kegiatan selama ini mengenai pemberian makan pada anaknya? Apakah ada masalah? Atau ada keluhan? Cerita saja bu tidak apa-apa.</p>	Melakukan <i>observation list</i> mengenai pola asuh makan
2	25	Menjelaskan mengenai kebutuhan zat gizi balita dengan media <i>booklet</i>	<p>Setelah berbagi cerita, kali ini saya akan menjelaskan mengenai kebutuhan zat gizi balita.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Protein berfungsi untuk membangun tubuh dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, diperlukan untuk pertumbuhan tulang, otot, gigi, memperbaiki bagian tubuh yang rusak, mengatur daya tahan tubuh agar tidak mudah sakit. 2. Lemak berperan untuk menghasilkan energi bagi tubuh, memudahkan penyerapan vitamin A, D, E, dan K, menyokong dan melindungi organ dalam. 3. Vitamin A berfungsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit dan infeksi, membantu proses penglihatan, mencegah terjadinya kerusakan mata berlanjut, membantu proses pertumbuhan anak. 4. Vitamin C berfungsi untuk menjaga ketahanan tubuh terhadap penyakit infeksi dan racun, menurunkan kolesterol dan mencegah penyakit jantung (dalam dosis tinggi), hipertensi, diabetes melitus, dan kanker, membantu penyerapan zat besi dan kalsium. 5. Zink berperan dalam meningkatkan laju pertumbuhan dan perkembangan, zat antioksidan atau anti racun, penyembuhan luka, kekebalan tubuh, pertumbuhan janin 6. Kalsium berperan dalam pembentukan tulang, pembentukan gigi. mengatur pembekuan darah, melancarkan kontraksi otot. 7. Fosfor berperan dalam pembentukan tulang dan gigi, mempercepat penyerapan dan pengangkutan zat gizi, pengangkutan zat gizi 8. Zat besi berperan dalam sistem kekebalan tubuh, kemampuan belajar anak, sebagai alat angkut oksigen dari paru paru ke jaringan tubuh. <p>Baik bu, mungkin itu yang bisa saya sampaikan. Apakah ada yang perlu ditanyakan?</p>	Menyampaikan materi mengenai kebutuhan zat gizi balita
3	5	Penutup	<p>Terima kasih untuk waktunya hari ini bu, semoga apa yang saya sampaikan hari ini bisa bermanfaat.</p>	Berpamitan dan mengucapkan terima kasih

PENDAMPINGAN 5

1	15	Melakukan observasi pola asuh makan	Assalamualaikum. Kali ini ibu boleh menyuap anaknya atau memberi makan pada anaknya. Santai saja, disini ibu juga boleh berbagi mengenai kegiatan selama ini mengenai makanan? Ataukah ada masalah? Atau ada keluhan? Cerita saja bu tidak apa-apa.	Melakukan observasi pola asuh makan
2	10	Mereview materi yang telah disampaikan pada saat pendampingan sebelumnya	Sebelum saya memberikan materi selanjutnya, saya akan sedikit menjelaskan materi saat kunjungan sebelumnya ya Bu agar ibu lebih memahami tentang kebutuhan zat gizi balita. Jika masih ada yang belum jelas bisa ditanyakan lagi ya Bu.	Menjelaskan materi pada pendampingan sebelumnya mengenai kebutuhan zat gizi balita
3	30	Menjelaskan mengenai pengertian <i>stunting</i> dan faktor-faktor yang mempengaruhi <i>stunting</i> dengan media <i>booklet</i>	<p>Setelah ibu mengisi kuesioner tadi, saya akan sedikit menjelaskan mengenai pengertian <i>stunting</i> dan faktor-faktor yang mempengaruhi <i>stunting</i> ya Bu.</p> <p>Jadi untuk pengertian <i>stunting</i> adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir.</p> <p>Lalu selanjutnya untuk penyebab terjadinya <i>stunting</i> itu sendiri terbagi menjadi 2 ya Bu yaitu penyebab secara langsung dan penyebab secara tidak langsung.</p> <p>Untuk penyebab langsung terjadinya <i>stunting</i> itu adalah kurangnya asupan gizi atau makanan dalam waktu yang lama disertai dengan penyakit infeksi, contoh dari penyakit infeksi itu sendiri adalah ISPA dan diare ya Bu. Selanjutnya untuk penyebab tidak langsungnya ada 5 yaitu pengasuhan pada anak yang kurang baik, terbatasnya pelayanan kesehatan, kurangnya akses rumah tangga terhadap makanan bergizi, kurangnya akses air bersih, dan kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat.</p> <p>Baik bu, mungkin itu saja yang bisa saya sampaikan untuk pendampingan kali ini. Apakah ada yang masih belum paham Bu?</p>	Menyampaikan materi mengenai pengertian <i>stunting</i> dan faktor-faktor yang mempengaruhi <i>stunting</i>
3	5	Penutup	Terima kasih untuk waktunya hari ini bu, semoga apa yang saya sampaikan hari ini bisa bermanfaat.	Berpamitan dan mengucapkan terima kasih

PENDAMPINGAN 6

1	15	Melakukan observasi pola asuh makan	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan hari ini saya akan menerangkan beberapa materi. Tapi sebelumnya ibu bisa memberi makan kepada anak ibu sambil saya amati..	Melakukan observasi pola asuh makan
2	10	Mereview materi yang telah disampaikan pada saat pendampingan sebelumnya	Sebelum saya memberikan materi selanjutnya, saya akan sedikit menjelaskan materi saat kunjungan sebelumnya ya Bu agar ibu lebih memahami tentang pengertian dan faktor penyebab terjadinya <i>stunting</i> . Jika masih ada yang belum jelas bisa ditanyakan lagi Bu.	Menjelaskan materi pada pendampingan sebelumnya mengenai pengertian <i>stunting</i> dan faktor-faktor yang mempengaruhi <i>stunting</i>
3	30	Menjelaskan mengenai dampak <i>stunting</i> dan penanggulangan dini <i>stunting</i>	<p>Setelah ibu mengisi kuesioner tadi, saya akan sedikit menjelaskan mengenai dampak <i>stunting</i> dan penanggulangan dini <i>stunting</i> ya Bu.</p> <p>Jadi untuk akibat yang dapat ditimbulkan <i>stunting</i> itu juga terbagi 2 ya Bu seperti penyebab <i>stunting</i>, namun bedanya ini terbagi menjadi akibat jangka Panjang dan akibat jangka pendek jika anak ibu terkena <i>stunting</i>.</p> <p>Akibat dari jangka pendeknya adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme tubuh anak ibu.</p> <p>Lalu untuk akibat jangka panjangnya adalah menurunnya kemampuan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga anak menjadi mudah sakit, risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan keterbatasan pada usia tua. Maka dari itu agar anak ibu tidak terkena <i>stunting</i> perlu memperhatikan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh anak ibu.</p> <p>Baik bu, mungkin itu saja yang bisa saya sampaikan untuk pendampingan kali ini. Apakah ada yang masih belum paham Bu?</p>	Menyampaikan materi mengenai dampak <i>stunting</i> dan penanggulangan dini <i>stunting</i>
4	5	Penutup	Terima kasih untuk waktunya hari ini bu, semoga apa yang saya sampaikan hari ini bisa bermanfaat.	Berpamitan dan mengucapkan terima kasih

PENDAMPINGAN 7				
1	25	Melakukan penguatan tentang materi pendampingan kepada ibu balita	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan hari ini saya akan menerangkan kembali beberapa materi yang telah kami jelaskan? Dan apakah ada materi yang saya sampaikan dan masih belum paham?	Menjelaskan beberapa materi pada pendampingan yang ditanyakan responden
2	5	Penutup	Terima kasih untuk waktunya hari ini bu, semoga apa yang saya sampaikan hari ini bisa bermanfaat.	Berpamitan dan mengucapkan terima kasih
PENDAMPINGAN 8				
1	15	Melakukan observasi pola asuh makan	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan hari ini saya akan menerangkan beberapa materi. Tapi sebelumnya saya minta tolong ibu untuk mengisi kuesioner ini ya? Setelah itu ibu bisa memberi makan kepada anak ibu sambil saya amati	Melakukan <i>observation list</i> pola asuh makan
2	20	Melakukan penguatan tentang materi pendampingan kepada ibu balita	Untuk sesi pendampingan hari ini saya akan menerangkan kembali beberapa materi yang telah kami jelaskan? Dan apakah ada materi yang saya sampaikan dan masih belum paham?	Menjelaskan beberapa materi pada pendampingan yang ditanyakan responden
3	15	Melakukan <i>food recall</i> 24 jam	Setelah ibu mengisi kuisisioner tersebut, saya akan bertanya makanan apa saja yang dikonsumsi anak ibu selama 24 jam kebelakang. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui asupan makan anak ibu apakah sudah memenuhi kebutuhan gizi atau belum.	Menanyakan makanan yang dikonsumsi balita selama 24 jam
PENDAMPINGAN 9				
1	15	Melakukan <i>Food recall</i> 24 jam	Assalamualaikum. Untuk sesi pendampingan hari ini, saya akan bertanya makanan apa saja yang dikonsumsi anak ibu selama 24 jam kebelakang. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui asupan makan anak ibu apakah sudah memenuhi kebutuhan gizi atau belum.	Menanyakan makanan yang dikonsumsi balita selama 24 jam kebelakang
2	15	Melakukan <i>post test</i> pengetahuan dan sikap serta observasi praktik pemberian makan dan pola asuh makan ibu balita setelah menerima pendampingan	Selanjutnya saya minta tolong ibu untuk mengisi kuesioner ini ya untuk mengetahui sejauh mana pemahaman ibu mengenai materi yang sudah saya sampaikan setiap kunjungan. Setelah itu ibu bisa memberi makan kepada anak ibu sambil saya amati.	Melakukan pretest pengetahuan dan sikap serta observasi praktik pemberian makan dan pola asuh makan ibu balita

4	10	Pengukuran Antropometri	Setelah ibu mengisi kuisioner tersebut, saya akan mengukur berat badan dan tinggi badan anak ibu. Hal ini bertujuan agar dapat memantau perkembangan berat badan dan tinggi badan selama saya berkunjung ke rumah ibu dalam pendampingan ini.	Menanyakan makanan yang dikonsumsi balita selama 24 jam kebelakang
5	5	Penutup	Terima kasih untuk waktunya hari ini bu, semoga apa yang saya sampaikan selama saya berkunjung ke rumah ibu bisa bermanfaat dan selalu diterapkan. Mohon maaf apabila saya terdapat kesalahan berupa sikap maupun perkataan yang tidak berkenan di hati ibu.	Berpamitan dan mengucapkan terima kasih

Lampiran 9. Form *food recall* 24 jam

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Kode :

Nama Responden :

Umur/Jenis Kelamin :

Kondisi saat wawancara : Biasa / Hajatan / Hari Raya / Puasa / Sakit / Diit

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi				
Selingan				
Siang				
Selingan				
Malam				
Selingan				

Lampiran 10. *Booklet*



TIM PENYUSUN

Bastianus Doddy Riyadi, SKM, MM
Juin Hadisuyitno, S. ST
I Nengah Tanu Komalyta, DCN, SE, M. Kes
Ibnu Fajar, SKM, M. Kes
Sugeng Iwan Setyobudi, STP, M. Kes
I Dewa Nyoman Supariasa, MPS
Ir. AAG Anom Aswin, MPH
Hasan Aroni SKM, MPH

Alfi Rahmatillah Nur Fithriah
Pinastika Aulia P.
Dewa Ayu Intan Saraswati
Belinda Indah K D S
Diana Rose Yulistyowati
Marchianti Arinda Putri

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesempatan dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan *Booklet* yang berjudul "**Atasi Stunting pada Balita dengan Gizi Seimbang**".

Booklet ini berisi tentang *stunting*, 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, sikap, praktik, pola asuh ibu dalam pemberian makan dan memperbaiki tingkat konsumsi balita. *Booklet* ini ditujukan kepada ibu balita *stunting*.

Penulis menyadari bahwa *Booklet* ini perlu diperbaiki lagi. Dan tak lupa ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesainya *Booklet*. Semoga dapat mengambil manfaat dari *Booklet* ini.

Malang, Juni 2018

Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
STUNTING	1
1. Pengertian <i>Stunting</i>	1
2. Ciri-Ciri Anak <i>Stunting</i>	1
3. Penyebab <i>Stunting</i>	2
4. Akibat <i>Stunting</i>	3
PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA	4
1. Pemberian Makan yang Baik dan Benar	4
2. Pola Pemberian Makan Bayi dan Balita	5
PESAN GIZI SEIMBANG PADA BALITA	6
1. 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK)	6
2. Pesan Gizi Seimbang untuk Anak 0-6 Bulan	7
3. Pesan Gizi Seimbang untuk Anak 6-24 Bulan	8
4. Pesan Gizi Seimbang untuk Anak Usia 2-5 Tahun	10
ANGKA KECUKUPAN GIZI BAYI & BALITA DALAM SEHARI	13
1. Angka Kecukupan Gizi	13
2. Anjuran Makanan Selama Anak Sakit dan Sehat	14
3. Energi	15
4. Protein	16
5. Lemak	17
6. Vitamin A	18
7. Vitamin C	19

DAFTAR ISI

8. Zink	20
9. Kalsium	21
10. Fosfor	22
11. Zat Besi	23
CONTOH MAKANAN DAN RESEP	24
CONTOH MENU SEHARI	36
PENDAMPINGAN STUNTING	38
FORM MONITORING PENDAMPINGAN	39
FORM PROGRES PENDAMPINGAN STUNTING	42
PENUTUP	43
DAFTAR PUSTAKA	44

4. Akibat Stunting

- Akibat jangka pendek stunting** adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh.
- Akibat jangka panjang stunting** adalah menurunnya kemampuan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan keterbatasan pada usia tua.



Contoh Bahan Makanan:

- Sumber energi/tenaga** terdapat pada nasi, roti, umbi-umbian, dan sebagainya.
- Sumber zat pembangun** yaitu protein. Protein dibagi menjadi dua yaitu protein hewani dan protein nabati. Protein hewani berupa ikan, daging, telur, susu. Protein nabati berupa: kacang-kacangan, tempe, tahu.
- Sumber zat pengatur** seperti sayur dan buah terutama sayur berwarna hijau dan kuning kaya vitamin dan mineral yang berperan pada proses tumbuh kembang anak terutama agar terhindar dari masalah gizi salah satunya adalah *stunting*.

2. Pola Pemberian Makan Bayi dan Balita

USIA (BULAN)	ASI	BENTUK MAKANAN		
		MAKANAN LUMAT	MAKANAN LEMBIK	MAKANAN KELUARGA
0-6*	■			
6-8	■	■		
9-11	■		■	
12-23	■			■
24-59				■

Ket: 6* = 5 bulan 29 hari
Sumber: Depkes RI

PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA

1. Pemberian Makan yang Baik dan Benar

Pemberian makan yang baik kepada anak adalah dengan memberikan makanan yang memenuhi kebutuhan zat gizi anaknya, seperti:



- Sumber zat tenaga**
Sumber zat tenaga bermanfaat untuk memberikan tubuh agar memiliki energi atau tenaga supaya dapat melakukan kegiatan sehari-hari.
- Sumber zat pembangun**
Sumber zat pembangun adalah protein yang bermanfaat untuk pertumbuhan, memelihara tubuh, pertahanan tubuh untuk melawan penyakit.
- Sumber zat pengatur**
Sumber zat pengatur bermanfaat untuk mengatur organ tubuh bekerja dengan baik.

PESAN GIZI SEIMBANG PADA BALITA

1. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

1000 Hari Pertama Kehidupan adalah masa sejak dalam kandungan sampai bayi berusia dua tahun.

Mengapa 1000 HPK penting?

1000 HPK disebut sebagai Periode Emas karena pada masa ini terjadi **pertumbuhan otak** yang sangat pesat yang mendukung seluruh proses pertumbuhan anak dengan sempurna.

1000 HPK harus didukung dengan **gizi seimbang**. Karena kurang gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan **tidak dapat diperbaiki** di masa kehidupan selanjutnya.



2. Pesan Gizi Seimbang Anak (0-6) bulan

a) Inisiasi Menyusui Dini (IMD)

IMD adalah proses menyusui dimulai secepatnya dengan segera, setelah lahir bayi ditengkurapkan di dada ibu sehingga kulit ibu melekat pada kulit bayi minimal 1jam.



b) ASI Eksklusif

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI **TANPA** makanan dan minuman tambahan lain. Pemberian ASI Eksklusif berarti bayi selama 6 bulan hanya diberi ASI saja. Kebutuhan energi dan zat gizi lainnya untuk bayi dapat dipenuhi dari ASI.

7

3. Pesan Gizi seimbang Anak (6-24) bulan

a) Lanjutkan memberi ASI sampai umur 2 tahun

Pemberian ASI dilanjutkan hingga usia 2 tahun, karena ASI masih mengandung zat gizi penting.



b) Berikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

MP-ASI yang tepat dan baik merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi, sehingga bayi dan anak dapat tumbuh kembang dengan optimal.



8

c) MP-ASI yang baik apabila:

1. Padat energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya.
2. Tidak berbumbu tajam, menggunakan gula, garam, penyedap rasa, pewarna dan pengawet secukupnya
3. Mudah ditelan dan disukai anak
4. Mudah didapat di wilayah sekitar dan harga terjangkau.

d) Cara pemberian MP-ASI

1. Memberi perhatian disertai senyum dan kasih sayang.
2. Beri makan anak dengan sabar dan tidak tergesa-gesa.
3. Tunggu bila anak sedang berhenti makan dan suapi lagi setelah beberapa saat, jangan dipaksa.
4. Cobakan berbagai bahan makanan, rasa, dan tekstur agar anak suka makan.
5. Beri makanan yang dipotong kecil, sehingga anak dapat belajar memegang dan makan sendiri.



9

4. Pesan Gizi Seimbang Anak (2-5) Tahun

Kebutuhan zat gizi anak meningkat karena berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya tinggi. Balita usia 2-5 tahun sudah memiliki pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk kesukaannya terhadap makanan jajanan. Sehingga ibu balita memiliki peranan penting dalam menentukan jumlah dan variasi makanan anak sehingga asupan zat gizi balita tetap terpenuhi.

Di samping itu balita usia 2 – 5 tahun sudah sering keluar rumah sehingga rentan terkena infeksi. **Perilaku hidup bersih dan sehat** juga perlu dibiasakan pada balita, seperti mencuci tangan sebelum makan.



10



Beberapa cara untuk meningkatkan nafsu makan balita serta mengurangi risiko balita untuk memilih makanan:

- Ajak anak bersama dalam mengolah makanannya.
- Ajak anak memilih sendiri makanan yang diinginkan.
- Jangan paksa anak makan jika belum merasa lapar.
- Ciptakan suasana gembira ketika anak makan.
- Hindari makan sambil memberi anak makan selingan/jajanan.

Gizi seimbang untuk anak usia (2-5) tahun:

- Biasakan makan 3 kali sehari (pagi, siang, dan malam) bersama keluarga.
- Perbanyak mengonsumsi makanan kaya protein seperti ikan, telur, tempe, susu, dan tahu.
- Perbanyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
- Batasi mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin, dan berlemak.
- Minumlah air putih sesuai kebutuhan (1200 – 1500 mL air/hari).
- Biasakan bermain bersama dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.



ANGKA KECUKUPAN GIZI ANJURAN MAKANAN SELAMA ANAK SAKIT DAN SEHAT

Urutan	Golongan Umur			
	0-6 bulan	7-11 bulan	1-3 tahun	4-5 tahun
EnergI (Kkal)	550	725	1125	1600
Protein (Gram)	12	18	26	35
Lemak (Gram)	34	36	44	62
Karbohidrat (Gram)	58	82	155	220
Wi A (mcg)	375	400	400	450
Wi C (mcg)	40	50	40	45
Kalsium (mg)	200	250	650	1000
Fosfor (mg)	100	250	500	500
Zat Besi (mg)	-	7	8	9
Zinc (mg)	-	3	4	5

Bahan Makanan	Anak Usia 1-3 tahun (1125 Kkal)	Anak Usia 4-6 tahun (1800 Kkal)
Nasi	3p	4p
Sayuran	1,5p	2p
Buah	3p	3p
Tempe/ Tahu	1p	2p
Daging (Ayam/Sapi)	1p	2p
ASI	Lanjutkan hingga 2 tahun	
Susu Sapi	1p	1p
Minyak	3p	4p
Gula	2p	2p

1 P (Porsi)	Gram	URT
Nasi	100	1 sdm
Sayur	100	1 gls
Pisang	75	1 bh
Pepaya	100	1 potong sedang
Tempe	50	1 pttg (potong)
Tahu	50	1 potong sedang
Telur Ayam	50	1 bt (butir)
Ikan Segar	50	1 potong sedang
Daging Sapi	50	1 potong sedang
Daging Ayam	50	1 potong sedang
Susu Sapi	200	1 gls (gelas)

24 BULAN ATAU LEBIH - Beri makanan setiap 3-4 kali sehari - Beri makan 1/3 atau 1/2 porsi orang dewasa yang terdiri dari: - Nasi, lauk pauk, sayur, dan buah. - Beri makan makanan selingan kaya gtl2 kab selanj diantara waktu makan.
UMUR 12 - 24 BULAN - Teruskan pemberian ASI keluarga secara bertahap sesuai kemampuan anak. - Beri makan 1/3 porsi makanan orang dewasa terdiri dari: - Nasi, lauk pauk, sayur, dan buah. - Beri makanan selingan 2 kali makan (biskuit, kue).
UMUR 9 - 12 BULAN - Teruskan pemberian ASI - Mulailah memberi makan makanan pendamping ASI seperti: bubur susu, pisang, pepaya, lumat haliq, air jeruk, air tomat sating.
UMUR 6 - 9 BULAN - Teruskan pemberian ASI - Mulailah memberi makan makanan pendamping ASI seperti: bubur susu, pisang, pepaya, lumat haliq, air jeruk, air tomat sating. - Secara bertahap pertambahan umur berikan bubur tim lumat ditambah kuning telur/ ayam/ ikan/ temppe/ tahu/ kentang/ miyayak/ daging/ sating/ kacang/ bami/ sayur/ miyayak.
SAKAP UMUR 6 BULAN - Berikan Air Susu Ibu (ASI) jika masih khsrhgiah - Beri makan sedikit-sedikit, sering-sering, maupun malam, jangan diburu-buru makan karena akan membuat ASI.

Sumber: Kementkes 2014

Tambahkan:
 1. Cuci tangan anda sebelum menyiapkan makanan anak
 2. Gunakan bahan makanan yang baik dan aman, peralatan masak yang bersih dan cara memasak yang benar

ENERGI

MANFAAT

1. Proses pertumbuhan dan mempertahankan jaringan tubuh.
2. Proses mempertahankan suhu tubuh.
3. Gerakan otot tak sadar seperti detak jantung, gerakan saluran pencernaan, gerakan otot yang terlibat dalam kegiatan respirasi semuanya memerlukan energi.
4. Gerakan sadar seperti:
bekerja
berjalan
berolahraga.



SUMBER:

1. Nasi
2. Umbi-umbian
3. Roti
4. Kacang-kacangan
5. Ikan
6. Daging
7. Telur
8. Sayur-sayuran
9. Buah-buahan

15

PROTEIN

MANFAAT

1. Membangun tubuh dalam masa pertumbuhan dan perkembangan.
Diperlukan untuk pertumbuhan tulang, otot, gigi, dan sebagainya.
2. Memperbaiki bagian tubuh yang rusak.
3. Mengatur daya tahan tubuh agar tidak mudah sakit.



SUMBER:

1. Daging sapi
2. Daging unggas
3. Telur
4. Ikan air laut
5. Ikan air tawar
6. Susu
7. Tahu
8. Tempe

16

LEMAK

MANFAAT

1. Menghasilkan energi bagi tubuh.
2. Memudahkan penyerapan vitamin A, D, E, dan K.
3. Menyokong dan melindungi organ dalam.



SUMBER:

1. Minyak (Minyak Kelapa, Kelapa Sawit dsb)
2. Mentega
3. Margarin
4. Kacang-kacangan
5. Biji-bijian
6. Daging
7. Keju
8. Makanan yang dimasak dengan minyak/mentega
9. Kuning Telur
10. Susu
11. Krim

17

VITAMIN A

MANFAAT

1. Meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit dan infeksi.
2. Membantu proses penglihatan.
3. Mencegah terjadinya kerusakan mata berlanjut.
4. Membantu proses pertumbuhan anak.



SUMBER:

1. Daging sapi
2. Hati ayam
3. Telur ayam
4. Tomat
5. Wortel
6. Ubijalar
7. Labu
8. Bayam
9. Sawi
10. Pepaya

18

VITAMIN C

MANFAAT

1. Meningkatkan ketahanan tubuh terhadap penyakit infeksi dan racun.
2. Menurunkan kolesterol dan mencegah penyakit jantung (dalam dosis tinggi), hipertensi, diabetes melitus, dan kanker.
3. Membantu penyerapan zat besi dan kalsium.



SUMBER:

1. Jeruk
2. Nanas
3. Rambutan
4. Pepaya
5. Tomat
6. Sayur daun dan sejenis kol

19

ZINK

MANFAAT

1. Meningkatkan laju pertumbuhan dan perkembangan.
2. Zat antioksidan atau antiracun
3. Penyembuhan luka
4. Kekebalan tubuh
5. Pertumbuhan janin



SUMBER:

1. Daging
2. Unggas
3. Telur
4. Ikan
5. Susu
6. Keju
7. Hati
8. Lembaga gandum
9. Ragi
10. Selada
11. Roti
12. Kacang-kacangan

20

KALSIUM

MANFAAT

1. Pembentukan tulang.
2. Pembentukan gigi.
3. Mengatur pembekuan darah.
4. Melancarkan kontraksi otot.



SUMBER:

1. Susu dan Olahan
2. Ikan Kering
3. Sereal
4. Kacang-kacangan
5. Tempe
6. Tahu
7. Sayuran Hijau

21

FOSFOR

MANFAAT

1. Pembentukan tulang dan gigi.
2. Mempercepat penyerapan dan pengangkutan zat gizi.
3. Pengangkutan zat gizi



SUMBER:

1. Daging
2. Ayam
3. Ikan
4. Telur
5. Susu dan Hasil Olahan
6. Kacang-kacangan dan Hasil Olahannya
7. Sereal

22

ZAT BESI

MANFAAT

1. Berperan dalam sistem kekebalan tubuh.
2. Berperan dalam kemampuan belajar anak.
3. Sebagai alat angkut oksigen dari paru paru ke jaringan tubuh.



SUMBER:

1. Sumber zat besi dari hewani:
Daging sapi, daging ayam, daging unggas, ikan, hati ayam, hati sapi.
2. Sumber zat besi dari tumbuhan:
Sayuran hijau tua, kacang kacangan, biji bijian, kentang, tomat.

23

CONTOH MAKANAN DAN RESEP

Makanan Lumat: (6-8 bulan)

1. Bubur Kentang
2. Bubur Ayam Jagung
3. Bubur Lengkap



Makanan Lembik: (9-11 bulan)

4. Nasi Tim Kangkung Saos Pepaya
5. Tim Jagung Muda Saos Melon
6. Nasi Tim Tempe



Contoh Lauk: (2-5 tahun)

7. Pepes Tahu Bakso Sayur
8. Bakso Ikan
9. Rolade Ayam Sayur



Snack:

10. Puding Agar Buah

24

RESEP MAKANAN

1. Bubur Kentang

Untuk 2 porsi

Nilai Gizi:

Energi : 689 kkal
Protein : 20 gram
Lemak : 17 gram

Bahan:

- 1) Kentang 100 gram (dikukus lalu dihaluskan)
- 2) Kuning telur 1 butir
- 3) Mentega 1 sdm
- 4) Susu cair 2 sdm

Cara Membuat:

- 1) Campur semua bahan lalu masak hingga mengental
- 2) Angkat, sajikan.



Sumber: Ruslanti dkk. 2015

25

RESEP MAKANAN

2. Bubur Ayam Jagung

Untuk 2 porsi

Nilai Gizi:

Energi : 695 kkal
Protein : 19 gram
Lemak : 332 gram

Bahan:

- 1) Susu cair 100 ml (direbus)
- 2) Jagung 1 buah (parut)
- 3) Kentang 50 gram (haluskan)
- 4) Daging ayam cincang 50 gram
- 5) Garam ½ sdt

Cara Membuat:

- 1) Masak susu dan garam
- 2) Masukkan jagung parut, ayam cincang dan kentang halus, masak hingga semua lunak
- 3) Sajikan



Sumber: Ruslanti dkk. 2015

26

RESEP MAKANAN

3. Bubur Komplit

Untuk 1 porsi

Nilai Gizi:
Energi : 150 kkal
Protein : 4,6 g
Lemak : 6,3 g



Bahan:

- 1) 15 g (1 1/2 sdm) tepung jagung
- 2) 10 g (1 sdm) ikan, haluskan
- 3) 5 g (1 sdt) tempe, haluskan
- 4) 25 g pisang kepok, potong kecil
- 5) 20 g daun kangkung, iris tipis
- 6) 1 sdt minyak kelapa
- 7) Air matang secukupnya

Cara Membuat:

- 1) Ikan, tempe, pisang, rebus hingga matang.
- 2) Sesaat akan matang, masukkan daun kangkung, angkat lalu saring
- 3) Cairkan tepung jagung dengan sedikit air, lalu masak dengan air dan tambahkan minyak.
- 4) Setelah matang dan kental, masukkan hasil saringan no 2, aduk hingga rata.
- 5) Siap dihidangkan.

Sumber: Ruslanli dkk. 2015

27

RESEP MAKANAN

4. Nasi Tim Kangkung Saos Pepaya

Untuk 1 porsi

Nilai Gizi:
Energi : 187,5 kkal
Protein : 7,9 gr
Lemak : 7,2 gr



Bahan:

- 1) 50 g nasi aron
- 2) 10 g ikan haluskan
- 3) 20 g tempe haluskan
- 4) 15 g kangkung
- 5) 10 g tomat
- 6) 1 sdt minyak kelapa
- 7) 75 cc (1/3 gelas belimbing) kaldu
- 8) 50 g pepaya, haluskan

Cara Membuat :

- 1) Masukkan nasi aron, ikan, tempe, minyak kelapa ke dalam panci tim.
- 2) Tambahkan air kaldu, tim hingga matang
- 3) Masukkan kangkung dan tomat, tim hingga matang
- 4) Angkat, sajikan dengan saos pepaya

Sumber: PUGS Depkes RI

28

RESEP MAKANAN

5. Tim Jagung Muda Saos Melon

Untuk 1 porsi

Nilai Gizi:
Energi : 165 kkal
Protein : 8,4 g
Lemak : 7,7 g



Bahan:

- 1) 50 g pipil jagung muda, tumbuk kasar
- 2) 20 g ikan, haluskan
- 3) 25 g tahu, haluskan
- 4) 15 g daun kangkung
- 5) 10 g tomat, buang kulitnya
- 6) 1 sdt minyak kelapa
- 7) 75 cc (1/3 gelas belimbing) kaldu
- 8) 50 g melon, ambil sarinya

Cara Membuat:

- 1) Letakkan jagung muda, ikan, tahu dalam wadah tim.
- 2) Masukkan air kaldu, tim hingga matang.
- 3) Tambahkan kangkung, tomat, minyak kelapa, tim hingga matang.
- 4) Angkat, sajikan dengan saos melon.

Sumber: PUGS Depkes RI

29

RESEP MAKANAN

6. Nasi Tim Tempe

Untuk 1 porsi

Nilai Gizi:
Energi : 189,6 kkal
Protein : 5,1 g
Lemak : 8,9 g



Bahan:

- 1) 50 g nasi aron
- 2) 15 g tempe, iris tipis
- 3) 20 g labu siam, iris tipis
- 4) 10 g tomat, buang kulitnya
- 5) 75 cc (1/3 gelas belimbing) santan encer
- 6) Dapat ditambahkan daun bawang, seledri, bawang bombay

Cara Membuat :

- 1) Letakkan nasi aron, tempe pada wadah tim.
- 2) Tambahkan santan encer dan bumbu, tim hingga matang.
- 3) Tambahkan labu siam dan tomat, tim hingga matang.
- 4) Angkat, siap dihidangkan.

Sumber: PUGS Depkes RI

30

RESEP MAKANAN

RESEP MAKANAN

7. Pepes Tahu Bakso Sayur

Bahan:

- 1) Wortel 2 bh (bisa ditambah sayur lain)
- 2) Tahu putih 1 pfg besar
- 3) Telur ayam 1 bfr
- 4) Bakso 5 btr
- 5) Daun bawang 1 btg
- 6) Daun seledri 1 btg
- 7) Bawang merah 2 siung
- 8) Garam, gula secukupnya



Cara Membuat:

- 1) Potong dadu kecil wortel, iris bawang merah, cincang daun bawang dan seledri, potong memanjang bakso lalu masukkan ke dalam wadah bersama tahu putih dan aduk rata (tahu putih menjadi hancur)
- 2) Setelah rata masukkan 1 butir telur ayam, garam, gula
- 3) Bungkus dalam daun pisang
- 4) Kukus selama kurang lebih 20 menit, sajikan.

31

8. Bakso ikan

Bahan:

- 1) Ikan tenggiri fillet 250 g
- 2) Tepung tapioka 3 sdm
- 3) Garam sesuai selera
- 4) Putih telur 1 btr
- 5) Gula pasir 1 sdt
- 6) Air es 100 ml



Cara Membuat:

- 1) Bekukan ikan dalam freezer sampai beku keluarkan potong potong lalu blender dengan segelas air es dan putih telur sampai halus. Tuang ke wadah kasih gula, garam, kaldu bubuk, merica aduk rata tambahkan tepung tapioka aduk searah jarum jam sampai tercampur rata.
- 2) Masak air sampai mendidih, matikan kompornya. Cetak adonan bulat-bulat masukan ke air panas tadi lakukan sampai adonan bakso habis. Hidupkan kompor lagi, rebus bakso sampai mengapung ke permukaan air, angkat tiriskan.
- 3) Siap digunakan untuk campuran mie bakso, mie ayam, nasi goreng, sup, dll

32

RESEP MAKANAN

RESEP MAKANAN

9. Rolade Ayam Sayur

Bahan:

- 1) Daging ayam fillet 250 gram (haluskan dengan blender)
- 2) Tepung terigu 3 sdm
- 3) Telur 3 butir (untuk dadar)
- 4) Telur 1 butir (untuk adonan)
- 5) Wortel 1 bh (potong dadu)
- 6) Buncis 3 bh (potong kecil kecil)
- 7) Daun bawang secukupnya potong kecil kecil

Bumbu Halus:

- 1) Bawang putih 3 siung
- 2) Garam ½ sdt atau sesuai selera
- 3) Pala secukupnya
- 4) Jintan secukupnya

Cara Membuat:

- 1) Campurkan ayam yang sudah dihaluskan, bumbu halus, putih telur, tepung dan sayuran, aduk sampai rata.
- 2) Di wadah terpisah kocok lepas 3 butir telur dan beri sedikit garam
- 3) Buatlah telur dadar tipis tipis sampai berwarna kecoklatan
- 4) Letakkan telur dadar diatas talenan lalu letakkan adonan ayam dan ratakan, kemudian gulung. Lakukan sampai adonan habis.
- 5) Setelah selesai digulung bungkus dengan daun pisang, kukus rolade selama kurang lebih 30 menit.
- 6) Angkat rolade, dinginkan kemudian potong-potong sesuai selera. Bisa juga dibuat sup atau digoreng sampai berwarna kecoklatan.

33

10. Puding Agar Buah

Untuk 5 porsi (1 porsi: 212 kalori)

Bahan:

- 1) 300 cc susu
- 2) Putih telur 2 bh
- 3) Agar agar putih 1 bks
- 4) Nangka 100 g (potong kecil)
- 5) Pepaya 100 g (potong kecil)
- 6) Gula pasir 75 g
- 7) Pewarna kuning secukupnya

Untuk Saus:

- 1) Susu 300 cc
- 2) Kuning telur 1 btr
- 3) Gula pasir 50 g
- 4) Tepung maizena 1 sdm

Cara Membuat:

- 1) Rebus susu dengan separuh gula dan agar-agar sampai mendidih
- 2) Sementara itu kocok putih telur sampai kental, masukkan gula pasir, kocok rata, angkat mixernya
- 3) Masukkan adonan agar mendidih ke putih telur sedikit demi sedikit sambil diaduk, dan beri pewarna hijau secukupnya
- 4) Masukkan buah, aduk rata
- 5) Cetak dalam cetakan yang telah dibasahi terlebih dahulu, dinginkan

34

RESEP MAKANAN

CONTOH MENU SEHARI

Cara Membuat Saus:

- 1) Rebus susu dan gula serta tepung maizena. Kocok kuning telur, tuangi susu panas sedikit lalu masukkan lagi ke rebusan susu yang mendidih, kecilkan apinya, angkat
- 2) Beri vanilli, aduk rata, dinginkan
- 3) Keluarkan puding dari cetakan dan hidangkan dengan saus



B A Y I

Umur 0 – 6 bulan

ASI sekehendak

Umur 6 – 7 bulan

Jam 06.00

Jam 09.00

Jam 12.00

Jam 15.00

Jam 18.00

Jam 21.00

Umur 7 – 8 bulan

Jam 06.00

Jam 09.00

Jam 12.00

Jam 15.00

Jam 18.00

Jam 21.00

Umur 8 – 9 bulan

Jam 06.00

Jam 09.00

Jam 12.00

Jam 15.00

Jam 18.00

Jam 21.00

Umur 9 – 10 bulan

Jam 06.00

Jam 08.00

Jam 10.00

Jam 13.00

Jam 15.00

Jam 18.00

Jam 21.00

Umur 11 – 12 bulan

Jam 06.00

Jam 08.00

Jam 10.00

Jam 13.00

Jam 15.00

Jam 18.00

Jam 21.00

ASI (sekehendak)

Buah/sari buah

ASI

Buah/sari buah

ASI

ASI dst

ASI (sekehendak)

Buah/sari buah

Bubur susu

Buah/sari buah

ASI

ASI dst

ASI

Buah/sari buah

Bubur susu

Biskuit

Tim saring

ASI

Bubur susu

Buah/sari buah

Tim saring

biskuit

Tim saring

ASI dst

ASI

Nasi tim

Buah/sari buah

Nasi tim

biskuit

Nasi tim

ASI dst

35

36

CONTOH MENU SEHARI

PENDAMPINGAN STUNTING

B A L I T A

Makan pagi	Selingan	Makan siang	Selingan	Makan malam	Selingan
Nasi/tim/bubur nasi	Bubur kacang hijau	Nasi/tim/bubur nasi	Puding buah	Nasi/tim/bubur nasi	Susu
Semur bola bola daging giling		Sop bakso ikan, wortel, buncis		Opor telur	
Tahu isi (wortel, tahu, bayam)		Kering tempe		Perkedel tahu dan sayuran	
Pepaya		Jeruk		Tumis kacang panjang	
				Pisang	



1. PENGERTIAN

Pendampingan keluarga STUNTING adalah proses mendorong, menyemangati, membimbing, dan memberikan kemudahan oleh kader pendamping kepada keluarga guna mengatasi masalah stunting yang dialami.

2. TUJUAN

Terbentuknya ibu balita sadar seputar stunting melalui proses pendampingan.

3. SASARAN

Ibu balita stunting usia 6-59 bulan.



37

38

FORM MONITORING PENDAMPINGAN

Penjelasan Umum

1. Formulir ini diisi oleh tenaga pendamping pada setiap kunjungan.
2. Satu formulir digunakan untuk 1 (satu) keluarga sasaran.
3. Formulir ini digunakan untuk mencatat permasalahan tingkat konsumsi dan infeksi balita dan nasehat yang diberikan serta tindak lanjut untuk setiap kasus ibu balita.
4. Pada akhir kunjungan dibuat kesimpulan mengenai tingkat konsumsi dan infeksi pada balita

Penjelasan Cara Pengisian

KOLOM	PENJELASAN
1	Diisi kunjungan ke berapa dan tanggal, bulan, tahun
2	Diisi jika ada permasalahan tingkat konsumsi balita dan nasehat yang diberikan serta tindak lanjutnya
3	Diisi jika ada permasalahan infeksi balita dan nasehat yang diberikan serta tindak lanjutnya
4	Diisi jika ada yang permasalahan lain

Dalam kolom kesimpulan pada akhir kunjungan, diisi perubahan pada sasaran sesuai kolom di atasnya.

? Jika terjadi perubahan, kolom diisi "Ya"

? Jika tidak terjadi perubahan, kolom diisi "Tidak"

No dan tanggal	Tingkat Konsumsi	Infeksi	Keterangan
	Masalah:	Masalah:	
	Nasehat:	Nasehat:	
	Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
	Masalah:	Masalah:	
	Nasehat:	Nasehat:	
	Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	

39

Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	

40

Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
Masalah:	Masalah:	
Nasehat:	Nasehat:	
Tindak lanjut:	Tindak lanjut:	
Kesimpulan pada akhir kunjungan		

41

PENUTUP

Demikian *Booklet* tentang *Stunting* (balita pendek) yang masih menjadi salah satu permasalahan gizi di Indonesia. Tak lupa penyusun mengucapkan terima kasih karena kesediaannya untuk membaca *Booklet* 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, Juni 2018

Penyusun

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. 2004. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT. Gramedia Pustaka Umum. Jakarta
- Almatsier. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT. Gramedia Pustaka Umum. Jakarta
- Direktorat Bina Gizi Kementerian Republik Indonesia. 2014. Modul Pelatihan Penilaian Pertumbuhan Balita. Direktorat Bina Gizi Kementerian Republik Indonesia. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi. 2017. Buku Saku Desa dalam Penanganan *Stunting*. Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi. Jakarta.
- Rusilanti, Dahlia. M dan Yulianti. 2015. Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah Remaja. Rosdakarya. Bandung.
- Wati, Erna Kusuma dan Atikah Proverawati. 2011. Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan. Nuha Medika. Yogyakarta

Lampiran 11. Uji Statistik

1. SD Pola Asuh Makan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PolaAsuhMakan	22	4	8	6.64	1.217
Valid N (listwise)	22				

- a. Pola asuh makan baik bila hasil $= x > 6.64 + 1.217$
 $= x > 7.8$
- b. Pola asuh makan cukup bila hasil $= 6.64 - 1.217 < x < 6.64 + 1.217$
 $= 5.4 < x < 7.8$
- c. Pola asuh makan kurang bila hasil $= x < 6.64 - 1.217$
 $= x < 5.4$

2. Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi Energi, dan Tingkat Konsumsi Protein pada Kelompok Intervensi

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PolaAsuhMakanSebelum	.216	11	.162	.871	11	.079
PolaAsuhMakanSetelah	.310	11	.004	.866	11	.069

Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	
					95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1 PolaAsuhMakanSebelum - PolaAsuhMakanSetelah	-11.196	-6.333	10	.000	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
EnergiSebelum	.167	11	.200*	.960	11	.774
EnergiSetelah	.175	11	.200*	.921	11	.331

Paired Samples Test

		Paired Differences			t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference					
		Upper					
Pair 1	EnergiSebelum - EnergiSetelah	-60.3176			-3.228	10	.009

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ProteinSebelum	.160	11	.200 [*]	.935	11	.462
ProteinSesudah	.103	11	.200 [*]	.970	11	.889

Paired Samples Test

		Paired Differences			t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference					
		Upper					
Pair 1	ProteinSebelum - ProteinSetelah	-.78091			-2.461	10	.034

3. Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi Energi, dan Tingkat Konsumsi Protein pada Kelompok Kontrol

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PolaAsuhMakanSebelum	.189	11	.200 [*]	.921	11	.326
PolaAsuhMakanSetelah	.227	11	.117	.871	11	.079

Paired Samples Test

		Paired Differences			t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference					
		Upper					
Pair 1	PolaAsuhMakanSebelum - PolaAsuhMakanSetelah	1.161			-1.884	10	.089

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
EnergiSebelum	.230	11	.109	.860	11	.058
EnergiSetelah	.144	11	.200 [*]	.942	11	.545

Paired Samples Test

		Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference				
		Upper	Lower			
Pair 1	EnergiSebelum - EnergiSetelah	-13.0320		-2.420	10	.036

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ProteinSebelum	.288	11	.011	.742	11	.002
ProteinSetelah	.282	11	.014	.765	11	.003

Test Statistics^a

	ProteinSetelah - ProteinSebelum
Z	-1.956 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.050

4. Perbedaan Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi Energi, dan Tingkat Konsumsi Protein setelah Pendampingan Gizi

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PostEnergi	Pendampingan	.175	11	.200	.921	11	.331
	Kontrol	.144	11	.200	.942	11	.545

Test Statistics^a

	PolaAsuhMakanSetelah
Mann-Whitney U	25.500
Wilcoxon W	91.500
Z	-2.403
Asymp. Sig. (2-tailed)	.016
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.019 ^b

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
EnergiSetelah	Pendampingan	.175	11	.200	.921	11	.331
	Kontrol	.144	11	.200	.942	11	.545

Test Statistics^a

	EnergiSetelah
Mann-Whitney U	38.000
Wilcoxon W	104.000
Z	-1.477
Asymp. Sig. (2-tailed)	.140
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.151 ^b

Tests of Normality

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ProteinSetelah Pendampingan	.103	11	.200	.970	11	.889
Kontrol	.282	11	.014	.765	11	.003

Test Statistics^a

	ProteinSetelah
Mann-Whitney U	32.000
Wilcoxon W	98.000
Z	-1.871
Asymp. Sig. (2-tailed)	.061
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.065 ^b

Lampiran 12. Kegiatan Pendampingan Gizi



Pengisian *Informed Consent*



Kegiatan Pendampingan Gizi



Pengamatan Pola Asuh Makan



Pengamatan Pola Asuh Makan