

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN

No	Kegiatan	Waktu	Tempat
1	Pembuatan aplikasi	April 2019	
2	Pengurusan surat ijin penelitian	14 Mei 2019	Poltekkes Kemenkes Malang, Dinkes Kab Malang, dan Puskesmas Ngajum
3	Pelaksanaan pengambilan data karakteristik responden, pelaksanaan pre test dan post test	17, 18, 19 Mei 2019	Desa Ngajum
4	Pemberian konseling dengan media aplikasi berbasis android "Anak Tumbuh Sehat"	17, 18, 19 Mei 2019	Desa Ngajum
5	Rekapitulasi hasil penelitian dan analisa	Mei 2019	
6	Pengujian hasil penelitian	27 Mei 2019	Poltekkes Kemenkes Malang

Lampiran 2. Rincian Anggaran

RINCIAN ANGGARAN

No	Kegiatan	Kebutuhan	Jumlah
1	PERSIAPAN		
a.	Pembuatan aplikasi “Anak Tumbuh Sehat”		500.000
b.	Pengadaan kuesioner pre dan post test	48 x 20 x 200	192.000
c.	Pengadaan Form <i>informed consent</i>	48 X 2 X 200	19.200
2	PELAKSANAAN		
a.	Pemberian tali asih pada responden	48 X 10.000	480.000
3	PELAPORAN		
a.	Penggandaan dan penjilidan		25.000
Jumlah Total Kebutuhan Anggaran			Rp. 1.216.200

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian oleh Bankesbangpol Kabupaten Malang



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260  
Email: [bakeshangpol@malangkab.go.id](mailto:bakeshangpol@malangkab.go.id) – Webside: <http://www.malangkab.go.id>  
**MALANG - 65119**

**SURAT KETERANGAN**

NOMOR : 072/ 464 /35.07.207/2019

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

Menunjuk : Surat Dari Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang  
Nomor:DP.02.01/5,0/1265/2019 Tanggal: 10 Mei 2019 Perihal:Ijin Penelitian

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

Nama / Instansi : Ivano Aditya  
Alamat : Jl. Besar Ijen No.77 C Malang  
Thema/Judul/Survey/Research : Pengaruh Konseling Dengan Media Aplikasi Berbasis  
Android "Anak Tumbuh Sehat" Terhadap Tingkat  
Pengetahuan Ibu Balita Stunting Tentang Gizi Balita

Daerah/tempat kegiatan : Di Puskesmas Ngajum Kabupaten Malang

Lamanya : 13 Mei - 01 Juni 2019

Pengikut :

Dengan Ketentuan :

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

Malang, 14 Mei 2019

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
KABUPATEN MALANG

Sekretaris



**GATOT YUDHA SETIAWAN, AP., MM**

Pembina Tingkat I

NIP. 19740326 199311 1 001

Tembusan :

Yth. Sdr.

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

Lampiran 4. Form Persetujuan Responden

## INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Saudara Ivano Aditya Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang Program Studi D-III Gizi dengan judul :

“Pengaruh Konseling Dengan Media Aplikasi Berbasis Android “Anak Tumbuh Sehat” Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Stunting Tentang Gizi Balita di Desa Ngajum Kecamatan Ngajum Kabupaten Malang”.

Saya memutuskan setuju untuk berpartisipasi pada penelitian ini secara suka rela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Mengetahui

Peneliti

Malang, 2019

Responden Penelitian

Ivano Aditya

\_\_\_\_\_

## INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anik Susilowati

Alamat : Sembon Timur RT 09 RW 07

Menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Saudara Ivano Aditya Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang Program Studi D-III Gizi dengan judul :

"Pengaruh Konseling Dengan Media Aplikasi Berbasis Android "Anak Tumbuh Sehat" Terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Stunting Tentang Gizi Balita di Desa Ngajum Kecamatan Ngajum Kabupaten Malang".

Saya memutuskan setuju untuk berpartisipasi pada penelitian ini secara suka rela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Mengetahui

Peneliti



Ivano Aditya

Malang, 18 Mei 2019

Responden Penelitian



Lampiran 5. Kuesioner Penelitian

No Responden : .....

I. Karakteristik Ibu Balita

Nama : ANIK SUSILOKATI

Umur : 21 tahun

Alamat : Sembon Timur RT 04 RW 07

Agama : Islam

Pendidikan Terakhir : SMA

Jumlah Anggota Keluarga : 3

Pekerjaan : a. KK : NANI GORENG  
b. Ibu : IBU RUMAH TANGGA

Pendapatan : a. < Rp 500.000  
b. Rp 500.000 – Rp 1.000.000  
c. Rp 1.000.000 – Rp 2.000.000  
d. > Rp 2.000.000.000

II. Karakteristik Balita

Nama : AZKA FEBRIAN PRATAMA

Jeni Kelamin : LAKI - LAKI

Tanggal Lahir : 31 JANUARI 2018

Anak Ke : 1

Berat Badan Lahir : 2,8 kg

Berat Badan : 91

Panjang Badan / Tinggi Badan : 12

Pengetahuan Ibu Balita : (Pola Makan)

61. Yang dimaksud dengan pola makan adalah....
- pola makan sama dengan 4 sehat 5 sempurna
  - berapa sering orang makan dalam sehari
  - kecukupan seseorang dalam sekali makan
  - suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu
62. Tujuan menerapkan pola makan dengan baik dan benar adalah....
- menerapkan 4 sehat 5 sempurna
  - mengetahui harus berapa kali orang makan dalam sehari
  - agar terhindar dari penyakit
  - mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit
63. Aspek-aspek yang dapat mempengaruhi pola makan adalah....
- Jumlah makanan, jenis makanan, dan faktor keturunan
  - Jumlah makanan, faktor keturunan, dan frekuensi makanan
  - Jenis makanan, frekuensi makanan, dan faktor keturunan
  - Jumlah makanan, jenis makanan, dan frekuensi makanan
64. Yang dimaksud frekuensi makanan yaitu....
- Tingkat keseringan mengonsumsi sejenis makanan yang mengandung protein hewani dan nabati
  - Tingkat kejarangan dalam mengonsumsi jumlah dan jenis makanan tertentu
  - Tingkat keseringan mengonsumsi sejumlah bahan makanan tertentu atau makanan jadi selama periode tertentu
  - Tingkat kejarangan mengonsumsi sejumlah bahan makanan tertentu atau makanan jadi selama periode tertentu
65. Yang dimaksud jenis makanan adalah....
- Bahan makanan yang diolah, disusun, dan dihidangkan yang dibagi ke dalam kelompok makanan pokok, kelompok lauk-pauk, kelompok sayur, dan kelompok buah cuci mulut.
  - Kurun waktu yang tergolong dalam periode tertentu, seperti hari, minggu, bulan, dan tahun
  - banyaknya makanan yang dimakan atau diminum yang dihitung untuk mendapatkan gambaran secara kuantitatif
  - Tingkat kejarangan mengonsumsi sejumlah bahan makanan tertentu atau makanan jadi selama periode tertentu
66. Berat badan ideal untuk anak usia 1 tahun adalah....
- 5 kg
  - 12 kg
  - 14 kg
  - 16 kg
67. Variasi makanan diperkenalkan mulai anak berusia....
- 6 bulan
  - 24 bulan
  - 4 bulan
  - 36 bulan
68. Zat-zat gizi yang terdapat dalam makanan terdiri atas....
- Karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dan air
  - Karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan air

- c. Karbohidrat, protein, vitamin, dan air
  - d. Karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air
69. Makanan seimbang terdiri dari....
- a. Makanan pokok, lauk-pauk, buah, susu
  - b. Makanan pokok, sayur, lauk-pauk, buah, vitamin
  - c. Makanan pokok, sayur, lauk-pauk
  - d. Makanan pokok, sayur, lauk-pauk, buah, susu
70. Jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus dari ibu pada anak usia 2-5 tahun karena...
- a. Anak masih mengkonsumsi ASI
  - b. Jumlah dan variasi makanan diperkenalkan pada anak pada usia 6 tahun
  - c. Variasi makanan tidak penting
  - d. Anak pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya semakin meningkat
71. Visualisasi tumpeng gizi seimbang dirancang untuk....
- a. Untuk memperpanjang usia
  - b. Memilih makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sesuai dengan berbagai kebutuhan menurut usia
  - c. Memenuhi kebutuhan gizi hanya untuk ibu menyusui
  - d. Mengembalikan daya tahan tubuh saat kondisi sakit
72. Yang menempati puncak tumpeng dalam potongan yang sangat kecil dan dianjurkan dikonsumsi sepertunya adalah....
- a. Oncom, tempe dan tahu
  - b. Minyak, gula dan garam
  - c. Ikan, susu dan keju
  - d. Nasi, kangkung dan ubi
73. Gizi seimbang terdiri dari 4 prinsip, yaitu....
- a. Beragam pangan, aktivitas fisik, kebersihan lingkungan, pemantauan berat badan
  - b. Beragam pangan, aktivitas fisik, kebersihan diri dan lingkungan, pemantauan berat badan
  - c. Beragam pangan, harga bahan makanan, kebersihan diri dan lingkungan, pemantauan berat badan
  - d. Usia, aktivitas fisik, kebersihan diri dan lingkungan, pemantauan berat badan
74. Anjuran makan sehat dalam gambaran piring makanku adalah...
- a. (30%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separoh (70%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk
  - b. (50%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separoh (50%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk
  - c. (80%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separoh (20%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk
  - d. (70%) dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separoh (30%) lagi adalah makanan pokok dan lauk-pauk
75. Pola makan yang diberikan pada balita sebaiknya adalah....
- a. Satu kali porsi dalam sehari
  - b. Porsi besar dengan frekuensi sering
  - c. Porsi kecil dengan frekuensi sering
  - d. Tidak ada batasan dalam sekali makan

76. Cara agar anak usia 6-24 bulan mencapai gizi seimbang yaitu....
- a. Minum susu sehari 3 kali
  - b. Perlu ditambah Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)
  - c. ASI saja sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi anak usia 6-24 bulan
  - d. Ditambahkan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI jika anak sudah berusia 25 bulan
77. Ibu sebaiknya memahami bahwa pola pemberian makan secara seimbang pada usia dini karena....
- a. Anak menjadi aktif
  - b. Perkembangan anak tidak akan terganggu
  - c. Berpengaruh pada kehidupan sosial anak
  - d. Akan berpengaruh terhadap selera makan anak selanjutnya
78. Air putih sangat penting dalam kehidupan terdapat dalam alas tumpeng gizi seimbang karena....
- a. Mengkeringkan kulit
  - b. Membantu melumasi sendi agar tetap kaku
  - c. Karena air putih tidak dapat menjada kadar cairan dalam tubuh
  - d. Karena tubuh tidak bisa memproduksi zat gizi yang dimiliki oleh air putih
79. Dalam tumpeng gizi seimbang, sayuran sengaja dibuat lebih besar daripada buah dikarenakan....
- a. Besar kecilnya luas dalam tumpeng gizi seimbang tidak berarti apapun
  - b. Menunjukkan sayuran yang harus dimakan setiap harinya lebih daripada buah
  - c. Menunjukkan sayuran yang harus dimakan setiap harinya lebih besar daripada buah
  - d. Menunjukkan sayuran yang harus dimakan setiap harinya sama besarnya dengan buah
80. Dibawah ini yang merupakan contoh menu seimbang yaitu....
- a. Kentang, telur rebus
  - b. Roti
  - c. Nasi, sayur bening, ikan goreng
  - d. Nasi, sayur bening, buah papaya

Pengetahuan Ibu Balita : (Pemberian Makanan Bayi dan Anak)

81. Apa yang dimaksud dengan periode emas (golden period)?
- a. Masa penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan fisik anak
  - b. Masa penting untuk mengoptimalkan perkembangan anak agar anak aktif dalam bermain
  - c. Masa penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak
  - d. Masa penting untuk mengoptimalkan daya tahan tubuh anak
82. Apa yang dimaksud dengan IMD (Inisiasi Menyusui Dini)?
- a. Menyusui bayi ketika ibu benar-benar siap untuk memberikan ASI
  - b. Bayi dibiarkan menyusu sendiri segera setelah lahir dan dibersihkan

Pengetahuan Ibu Balita : (Per. ... bayi dan Anak)

81. Apa yang dimaksud dengan periode emas (golden period)?
- a. Masa penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan fisik anak
  - b. Masa penting untuk mengoptimalkan perkembangan anak agar anak aktif dalam bermain
  - c. Masa penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak
  - d. Masa penting untuk mengoptimalkan daya tahan tubuh anak
82. Apa yang dimaksud dengan IMD (Inisiasi Menyusui Dini)?
- a. Menyusui bayi ketika ibu benar-benar siap untuk memberikan
  - b. Bayi dibiarkan menyusu sendiri segera setelah lahir dan dibersihkan

S=9

- c. Setelah bayi lahir langsung dibersihkan kemudian disusui oleh ibu  
d. Bayi latihan menghisap setelah lahir
83. Kapankah IMD (Inisiasi Menyusui Dini) dilakukan?  
a. Dalam 1 jam setelah bayi lahir  
b. Dalam ½ jam setelah bayi lahir  
c. Setelah 1 jam bayi lahir  
d. Setelah bayi dibersihkan dan setelah ibu siap menyusui
84. Apa yang dimaksud dengan ASI Eksklusif?  
a. Pemberian ASI saja tanpa makanan tambahan kecuali SUFOR  
b. Pemberian ASI dan MPASI  
c. Pemberian ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman apapun  
d. Pemberian MPASI
85. Pada usia berapakah pemberian ASI Eksklusif diterapkan?  
a. 0-5 bulan  
b. 0-6 bulan  
c. 0-7 bulan  
d. <7 bulan
86. Apa kepanjangan dari MPASI?  
a. Makanan pengganti air susu ibu  
b. Makanan pendamping air susu ibu  
c. Makanan penyempurna air susu ibu  
d. Makanan peralihan dari air susu ibu
87. Apa yang dimaksud dengan MPASI?  
a. Makanan atau minuman yang mengandung zat gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi pendamping ASI  
b. Makanan saja yang mengandung zat gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi pendamping ASI  
c. Minuman yang mengandung zat gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi pendamping ASI  
d. Makanan yang mengandung zat gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi pengganti ASI
88. Pada umur berapakah MPASI di berikan?  
a. < 6 bulan  
b. > 6 bulan  
c. > 5 bulan  
d. < 7 bulan
89. Mengapa bayi dan anak usia bawah dua tahun perlu diberikan MPASI yang baik dan benar?  
a. Agar anak tidak merasa kelaparan  
b. Agar daya tahan tubuh anak baik dan terhindar dari penyakit  
c. Agar kebutuhan gizi anak terpenuhi meskipun tidak mengkonsumsi ASI  
d. Agar kebutuhan gizi anak terpenuhi sesuai dengan bertambahnya umur karena ASI sudah tidak sempurna untuk memenuhi kebutuhan gizi anak
90. Tekstur makanan untuk bayi usia 6-9 bulan adalah?  
a. sedikit kasar  
b. Padat

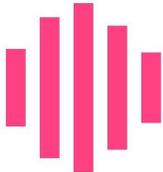
- c. Lunak ✓  
d. Lumat
91. Dibawah ini manakah jenis makanan yang cocok untuk pertama kali pemberian makan?  
a. Makanan saring ✓  
b. Makanan cincang  
c. Makanan padat  
d. Makanan cair jernih
92. Seberapa banyak pemberian MPASI untuk bayi usia 6-9 bulan?  
a. 2-3 sdm bertahap sampai 125 ml  
b. 3-4 sdm bertahap sampai 125 ml ✓  
c. 4-5 sdm bertahap sampai 125 ml  
d. 5-6 sdm bertahap sampai 125 ml
93. Berapa kalikah pemberian makanan utama dan selingan yang dianjurkan untuk anak usia >12 bulan?  
a. 2-3 kali makanan utama dan 1-2 kali makanan selingan  
b. 2-3 kali makanan utama dan 2-3 kali makanan selingan ✓  
c. 3-4 kali makanan utama dan 1-2 kali makanan selingan  
d. 3-4 kali makanan utama dan 2-3 kali makanan selingan
94. Makanan untuk anak usia 12-24 bulan adalah?  
a. Makanan cincang ✓  
b. Makanan cair  
c. Makanan saring  
d. Makanan seperti orang dewasa
95. Dibawah ini contoh MPASI untuk bayi usia 7 bulan adalah?  
a. Nasi  
b. Bubur susu  
c. Ayam goreng  
d. Tim ✓
96. Berapa kalikah makanan utama diberikan kepada anak usia >12 bulan dalam sehari?  
a. 2-3 kali/hari ✓  
b. 2-4 kali/hari  
c. 3-4 kali/hari  
d. 3-5 kali/hari
97. Pada usia 12-24 bulan anak sudah mengkonsumsi makanan seperti orang dewasa yaitu menu gizi seimbang. Dibawah ini manakah yang dapat dikatakan seimbang?  
a. Nasi putih, ikan tongkol goreng, tahu bb merah, sayur sop, dan pisang  
b. Mie instan, sayur sawi, dan telur  
c. Nasi putih, ikan tongkol goreng, telur ceplok, sayur bening bayam, dan pisang ✓  
d. Nasi putih, tempe goreng, sayur bening bayam
98. Mengapa pada pemberian MPASI anak harus diperkenalkan dengan beraneka ragam makanan terutama rasa asli dari bahan makanan tersebut?  
a. Agar anak tidak pilah-pilah makanan ketika seusia anak sekolah, remaja atau dewasa nanti ✓  
b. Agar frekwensi makan anak banyak

- c. Agar kebutuhan gizi anak tercukupi
  - d. Agar anak tidak mudah sakit
99. Sampai usia berapakah ASI diberikan?
- a. 6 bulan
  - b. 12 bulan
  - c. 24 bulan
  - d. 23 bulan
100. Bagaimanakah cara menyapih anak yang baik?
- a. dilakukan secara bertahap, jangan dilakukan secara tiba-tiba, dan kurangi pemberian ASI sedikit demi sedikit
  - b. dilakukan secara bertahap, dilakukan secara tiba-tiba, dan kurangi pemberian ASI sedikit demi sedikit
  - c. dilakukan secara bertahap, menggantikan ASI dengan susu formula
  - d. dilakukan secara bertahap, lebih sering memberikan MPASI agar anak tidak kelaparan

Lampiran 6. Aplikasi “Anak Tumbuh Sehat”



polkesma





**Input Data**

---

Cek Z-Score



**Tentang**

---

Tentang Aplikasi

← Hitung Z-Score

Nama

---

Jenis Kelamin

Laki-laki  Perempuan

Umur(bulan)

---

Berat Badan(kg)

---

Panjang / Tinggi Badan(cm)

---

BATAL

WHO Z-SCORE

← Hitung Z-Score

Nama

Azka Febrian Pratama

Jenis Kelamin

Laki-laki  Perempuan

Umur(bulan)

13

Berat Badan(kg)

91

Panjang / Tinggi Badan(cm)

72

BATAL

WHO Z-SCORE

## Form

Nama : Azka Febrian Pratama  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Umur (bulan): 13  
Berat Badan : 91  
Tinggi/Panjang Badan : 72  
Jenis Pengukuran : Berdiri  
Tanggal Kunjungan : Jumat, 5-Mei-2019

---

## Hasil

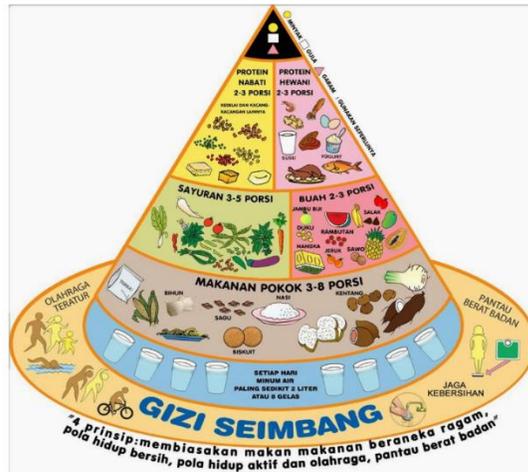
Berat Badan menurut Umur :  
73,73 / Gizi Lebih  
Tinggi/Panjang Badan menurut Umur :  
-2,04 / **Pendek**  
Berat Badan menurut Tinggi Badan :  
117,29 / Gemuk

---

## Pola makan yang baik



## Pola makan yang baik



## Piring makananku

Gambar2: Porsi Makanan untuk Memenuhi Jumlah Zat Gizi yang Dibutuhkan Tubuh



Sumber: Dr Tirta Prawita Sari, MSc, SpGK/DR Dr Yustina Anie Indriastuti, MSc, SpGK

## ← Hasil Z-Score



## Piring makananku

Gambar2: Porsi Makanan untuk Memenuhi Jumlah Zat Gizi yang Dibutuhkan Tubuh



Sumber: Dr Tirta Prawita Sari, MSc, SpGK/DR Dr Yustina Anie Indriastuti, MSc, SpGK

## Anjuran Mengatasi Masalah

BERAT BADAN MENURUT UMUR

TINGGI/PANJANG BADAN MENURUT UMUR

BERAT BADAN MENURUT TINGGI/PANJANG  
BADAN

## Tujuan Pemberian

Menanamkan kebiasaan makan yang baik dan benar kepada anak.

---

Untuk menambah tinggi badan anak agar sesuai dengan umurnya.

---

Memberikan gizi yang seimbang sesuai kebutuhan untuk tumbuh kembang anak yang optimal.

---

Memelihara dan meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap penyakit.

---

Memberikan makanan yang cukup sesuai dengan porsi anak

## Bahan Makanan yang di Anjurkan

Sumber zat tenaga (beras, jagung, kentang, sagu, bihun, mie, roti, macaroni, dan biskuit)

---

Sumber zat pembangun (ayam, ikan, daging, telur, hati, tahu, dan tempe)

---

Sumber zat pengatur (sayur dan buah-buahan yang berwarna segar)

---

Kalsium : tahu,tempe,sayuran hijau

---

Fe : ayam. ikan. telur. nasi

---

## ← Anjuran Masalah TB/U

sesuai dengan norsi anak

### Bahan Makanan yang di Anjurkan

Sumber zat tenaga (beras, jagung, kentang, sagu, bihun, mie, roti, macaroni, dan biskuit)

Sumber zat pembangun (ayam, ikan, daging, telur, hati, tahu, dan tempe)

Sumber zat pengatur (sayur dan buah-buahan yang berwarna segar)

Kalsium : tahu,tempe,sayuran hijau

Fe : ayam, ikan, telur, nasi

Zinc : daging, hati, kerang, telur

CONTOH MAKANAN SEHARI

TUMPENG GIZI SEIMBANG

CARA MENGOLAH MPASI



sesuai dengan porsi anak

## PAGI

- Nasi putih ½ entong (50g)
- Ikan tongkol goreng ¼ potong (25g)
- Tumis kangkung 5 sdm (50g)
- Pisang ambon 1 buah (75g)

## SIANG

- Nasi putih 1 entong (100g)
- Ayam kare ½ potong (25g)
- Capcai 4 sdm (40g)
- Pepaya 1 potong sedang (100g)

## MALAM

- Nasi putih ½ entong (50g)
- Tempe bb kuning 1 potong (50g)
- Sayur sop 3 sdm (30g)
- Alpukat 1 buah sedang (50g)

CARA MENGOLAH MPASI

## ← Anjuran Masalah TB/U

sesuai dengan porsi anak

### Bahan Makanan yang di Anjurkan

#### TUMPENG GIZI SEIMBANG



CONTOH MAKANAN SEHARI

TUMPENG GIZI SEIMBANG

CARA MENGOLAH MPASI

## ← Anjuran Masalah TB/U

sesuai dengan porsi anak

### Panduan Cara Penyajian, Tekstur dan Frekuensi makan untuk bayi dan anak di situasi normal & bencana.

0-6 bulan	6-9 bulan	9-12 bulan	>12 bulan
<b>ASI Eksklusif</b>	<b>Lanjutkan Menyusui</b>	<b>Lanjutkan Menyusui</b>	<b>Lanjutkan Menyusui hingga 2 tahun atau lebih</b>
	2-3 sdm bertahap hingga 125ml 2-3x makan 1-2x selingan	125ml bertahap hingga 250ml 3-4x makan 1-2x selingan	200ml hingga 250ml++ 3-4x makan 1-2x selingan
			
Ibu dimotivasi untuk dapat terus menyusui. Anak usia 0-6 bulan hanya mengonsumsi ASI saja.	Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental.	Bahan makanan sama dengan orang dewasa, namun rasa disesuaikan untuk anak-anak. 9-10 bulan, makanan ditumbuk dengan tekstur makanan agak kasar. 11-12 bulan, makanan dibuat dengan dicincang kasar.	Bahan makanan untuk dewasa dapat juga digunakan untuk membuat makanan bayi dan anak. Pada usia ini, menu untuk anak-anak dapat dimasak dengan dewasa, namun rasa disesuaikan.
<b>CUKUP ASI SAJA</b>	 <b>DI-SARING</b>	 <b>DI-CINCANG</b>	 <b>MASAK BIASA</b>

IMD (Inisiasi Menyusui Dini) adalah bayi dibiarkan menyusui sendiri yang dilakukan dalam 1 jam setelah bayi lahir.

TUMPENG GIZI SEIMBANG

CARA MENGOLAH MPASI

## Lampiran 7. Uji SPSS Tingkat Pengetahuan

T-TEST PAIRS=Pretest WITH Posttest (PAIRED)

/CRITERIA=CI(.9500)

/MISSING=ANALYSIS.

## T-Test

### Notes

Output Created		22-MAY-2019 07:29:15
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	21
	File	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.

	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=Pretest WITH Posttest (PAIRED)  /CRITERIA=CI(.9500)  /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,00

[DataSet0]

#### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	59,05	21	13,002	2,837
Pair 1 Posttest	80,95	21	8,158	1,780

#### Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	21	,869	,000

**Paired Samples Test**

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
Pair 1	Pretest - Posttest	-21,905	7,155	1,561	-25,162

**Paired Samples Test**

		Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	-18,648	-14,030	20	,000

T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED)

/CRITERIA=CI(.9500)

/MISSING=ANALYSIS.

### T-Test

#### Notes

Output Created		23-MAY-2019 02:36:22
Comments		
	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	21
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.

	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=pretest WITH posttest (PAIRED)  /CRITERIA=CI(.9500)  /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.05
	Elapsed Time	00:00:00.03

[DataSet0]

### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	57.86	21	13.188	2.878
	posttest	84.52	21	8.790	1.918

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	21	.692	.001

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 pretest - posttest	-26.667	9.531	2.080	-31.005	-22.328

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 pretest - posttest	-12.822	20	.000

Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan



