

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian

|   |  |
|---|--|
|  | <b>PEMERINTAH KOTA MALANG</b><br><b>DINAS KESEHATAN</b><br>Jl. Simpang LA. Sucipto No. 45 ☎ (0341) 406878 Fax. (0341) 406879<br><a href="http://www.dinkes.malangkota.go.id">www.dinkes.malangkota.go.id</a> e-mail : <a href="mailto:dinkes@malangkota.go.id">dinkes@malangkota.go.id</a><br><b>MALANG</b> Kode Pos : 65124 |
| <hr/>   |  |
| Nomor : 072/668/35.73.402/2023  | Malang, 01 SEP 2023  |
| Sifat : Biasa   | Kepada   |
| Lampiran : -  | Yth. Kepala Puskesmas Mulyorejo  |
| Perihal : Ijin penelitian   | Di<br><b>MALANG</b>  |

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

| NO | NAMA                   | NIM          |
|----|------------------------|--------------|
| 1. | AMALYA KARTIKA HAPSARI | P17111204063 |

Akan melaksanakan penelitian, mulai tanggal 10 September s/d 10 Oktober 2023 dengan judul: pengaruh pendampingan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemilihan bahan makanan pendamping ASI, serta tingkat konsumsi protein dan zat besi balita gizi kurang usia 12-59 bulan di Kelurahan Bandulan di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Malang

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

Demikian untuk mendapatkan perhatian.

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

Lampiran 2. Form Informed Consent

**FORMULIR PERSETUJUAN UNTUK BERPARTISIPASI  
DALAM PENELITIAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama ibu : Marietha Nivo Herinda

Nama balita : Ronita Shabiyah Sakhi

Alamat : Bandulan Gang VIII K1-37

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Peneliti



Amalya Kartika Hapsari

Responden Penelitian



(.....Marietha Nivo H.....)

Lampiran 3. Form Food Recall 24 jam

FORMULIR FOOD RECALL

Nama Responden : *Qonda Shabyiah* Kode Responden : .....

Hari/Tanggal : .....

Umur/Jenis Kelamin : *41 th / perempuan*

| Waktu Makan | Nama Makanan            | Bahan Makanan |          |      |
|-------------|-------------------------|---------------|----------|------|
|             |                         | Jenis         | Jumlah   |      |
|             |                         |               | URT      | Gram |
| Pagi        | Nasi                    |               | 1 ctg.   | 50   |
|             | Telur goreng            |               | 1        | 50   |
|             | Pisang goreng + tepung. |               | 3/4      |      |
| Malam       | Bakso (pentol)          |               | 2.       |      |
|             | Nasi                    |               | 1/2 ctg. |      |
|             | Jeruk                   |               | 1        |      |
| Sore        | Apel                    |               | 3/4.     | 100  |
|             | Mangga                  |               | 1        |      |
|             | Gery.                   |               | 3/4.     |      |
| Siang       | Nasi                    |               | 3/4      |      |
|             | Soyur op                |               | 2        | 60   |
|             | Tempe                   |               | 1.       |      |
|             | Buah pir                |               | 1.       |      |

## Lampiran 4. Form Etik Penelitian



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

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

No.DP.04.03/F.XXI.31/01011/2024

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

Peneliti utama : AMALYA KARTIKA HAPSARI  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : POLITEKNIK KESEHATAN MALANG  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Pengaruh Pendampingan Gizi Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemilihan Bahan Makanan Pendamping ASI, serta Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi Balita Gizi Kurang Usia 12-59 Bulan di Kelurahan Bandulan, Kecamatan Sukun, Kota Malang"**

*"Effect of Nutrition Counseling Using Media Booklet on Mother's Knowledge and Attitude in Selection of Complementary Food, and Protein and Iron Consumption Levels of Undernourished Toddlers Age 12-59 Months in Bandulan Village, Subdistrict Sukun, 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 03 September 2024 sampai dengan tanggal 03 September 2025.

*This declaration of ethics applies during the period September 03, 2024 until September 03, 2025.*



September 03, 2024  
Professor and Chairperson,



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

## Lampiran 5. Kuesioner Pengetahuan

### B. PENGETAHUAN

Petunjuk Mengerjakan:

- Bacalah dengan seksama dan teliti setiap item pertanyaan
- Jawablah pertanyaan dengan jujur dan tepat
- Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang anda anggap benar

### KUESIONER PENGETAHUAN IBU DALAM PEMILIHAN BAHAN MAKANAN PENDAMPING ASI

#### MATERI 1.

- Mengapa MP-ASI diberikan pada balita setelah berusia 6 bulan?  
 Karena kebutuhan gizi meningkat seiring bertambahnya usia  
b. Karena pencernaan balita sudah kuat  
c. Karena kebutuhan gizi meningkat dan kualitas ASI meningkat  
d. Karena
- Pemberian MP-ASI secara optimal dan tepat waktu bermanfaat untuk...  
a. Mencegah terjadinya osteoporosis  
b. Mencegah terjadinya karies gigi  $\theta = 4$   
c. Menurunkan risiko terjadinya campak  
 Menurunkan risiko defisiensi zat gizi mikro
- Jika MP-ASI diberikan terlalu dini dapat mengakibatkan balita mengalami...  
 Diare  
b. Pertumbuhan terhambat  
c. Kurang gizi  
 Obesitas
- Jika MP-ASI diberikan terlalu lambat dapat mengakibatkan balita mengalami...  
a. Diare  
b. Gangguan pencernaan  
 Kurang gizi  
d. Obesitas
- Balita yang memasuki usia 6-8 bulan, kebutuhan energi per harinya naik menjadi...  
a. 450 kcal  
b. 550 kcal  
 650 kcal  
d. 750 kcal

## B. PENGETAHUAN

Petunjuk Mengerjakan:

- Bacalah dengan seksama dan teliti setiap item pertanyaan
- Jawablah pertanyaan dengan jujur dan tepat
- Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang anda anggap benar

### KUESIONER PENGETAHUAN IBU DALAM PEMILIHAN BAHAN MAKANAN PENDAMPING ASI

#### MATERI 2.

- Mengapa MP-ASI perlu diolah sampai matang?
  - Agar MP-ASI tahan lama
  - Agar MP-ASI berkualitas
  - Agar sesuai dengan tekstur yang dianjurkan untuk balita
  - Agar meminimalkan bakteri yang terkandung didalamnya
- Bahan makanan yang mengandung serat seperti buah diberikan seminimal mungkin pada balita usia 12-24 bulan karena...
  - Dapat menyebabkan diare *B = 2*
  - Dapat mengenyangkan balita
  - Dapat mempengaruhi kekebalan tubuh
  - Dapat mengganggu penyerapan zat gizi
- Omega-3 berfungsi untuk meningkatkan fungsi otak. Berikut ini ikan yang mengandung Omega-3 tertinggi adalah...
  - Ikan kembung
  - Ikan salmon
  - Ikan tongkol
  - Ikan tuna
- Berikut ini tanda-tanda sayuran yang segar, kecuali...
  - Tidak layu
  - Sudah matang
  - Permukaannya halus
  - Warna tidak kusam
- Memberikan MP-ASI kepada balita sesuai dengan kebiasaan keluarga merupakan salah satu unsur dari pemilihan bahan MPASI, yaitu...
  - Murah
  - Mudah dicerna
  - Makanan pokok keluarga
  - Mudah didapat

## B. PENGETAHUAN

Petunjuk Mengerjakan:

- a. Bacalah dengan seksama dan teliti setiap item pertanyaan
- b. Jawablah pertanyaan dengan jujur dan tepat
- c. Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang anda anggap benar

### KUESIONER PENGETAHUAN IBU DALAM PEMILIHAN BAHAN MAKANAN PENDAMPING ASI

#### MATERI 3.

1. Jenis sayuran yang baik bagi balita adalah sayuran yang mengandung zat gizi...
  - ~~a.~~ Kalium
  - b. Beta karoten
  - c. Potasium
  - d. antioksidan
2. Bahan makanan yang dapat meningkatkan selera makan balita adalah...
  - ~~a.~~ Sereal
  - b. Buah
  - c. Sayur
  - d. Rempah-rempah
3. Berikut ini zat gizi yang berfungsi sebagai sumber energi dan kalori utama adalah...
  - a. Protein
  - b. Lemak
  - ~~c.~~ Karbohidrat
  - d. Vitamin
4. Bahan makanan yang mengandung protein nabati adalah...
  - ~~a.~~ Gandum dan tempe
  - b. Daging dan tempe
  - c. Jagung dan ikan
  - d. Tahu dan ikan
5. Berikut ini minuman yang kandungan nutrisinya rendah sehingga tidak dianjurkan dikonsumsi balita adalah...
  - ~~a.~~ Kopi  $B = 3$
  - b. Susu
  - c. Yoghurt
  - d. Air kelapa

#### MATERI 4.

1. Dalam mengolah MPASI, diperlukan bahan makanan yang kaya akan kandungan nutrisi. Berikut ini bahan makanan yang kaya akan nutrisi, kecuali...
  - a. Daging
  - b. Ikan
  - c. Makanan kaleng
  - d. sayuran
2. Bahan makanan yang tidak perlu diolah untuk dikonsumsi adalah...
  - a. Sayuran
  - b. Buah
  - c. Daging
  - d. Ikan
3. Bahan makanan yang dapat membuat makanan terasa lebih gurih adalah...
  - a. Ikan
  - b. Kentang
  - c. Kacang-kacangan
  - d. Santan
4. Berikut ini beberapa bahan makanan yang mengandung protein hewani adalah...
  - a. Susu, telur
  - b. Mentega, tempe
  - c. Daging, wortel
  - d. Gandum, keju
5. Penambahan lemak pada makanan berfungsi untuk...
  - a. Meningkatkan nafsu makan
  - b. Melancarkan pencernaan
  - c. Melunakkan makanan
  - d. Mengenalkan citarasa

B = 4.

## Lampiran 6. Kuesioner Sikap

### C. SIKAP

Isilah kolom dibawah ini dengan tanda checklist (√)

**SS** : Sangat Setuju

**S** : Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**STS** : Sangat Tidak Setuju

#### MATERI 1.

| No. | Uraian   | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1.  | MP-ASI diberikan pada balita setelah usia 6 bulan karena ASI saja tidak mencukupi kebutuhan gizi balita. | ✗  |   |    |     |
| 2.  | Pemberian MP-ASI secara optimal pada balita dapat mencegah terjadinya stunting.                          | ✓  |   |    |     |
| 3.  | Balita dapat mengalami kekurangan gizi apabila diberikan MP-ASI terlalu dini.                            |    | ✓ |    |     |
| 4.  | Pemberian MP-ASI terlalu lambat dapat menyebabkan pertumbuhan balita terhambat.                          | ✓  |   |    |     |
| 5.  | Kebutuhan energi balita usia 8 bulan per harinya adalah sebesar 500 kcal.                                |    | ✓ |    |     |

**C. SIKAP**

Isilah kolom dibawah ini dengan tanda checklist (✓)

**SS** : Sangat Setuju

**S** : Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**STS** : Sangat Tidak Setuju

**MATERI 2.**

| No. | Uraian  | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1.  | Mengolah MP-ASI yang baik adalah dengan memasaknya dalam waktu yang lama.                               |    | ✓ |    |     |
| 2.  | Konsumsi serat seperti buah terlalu banyak dapat menyebabkan sembelit.                                  |    | ✓ |    |     |
| 3.  | Bahan makanan yang mengandung omega-3 paling banyak adalah ikan salmon.                                 | ✓  |   |    |     |
| 4.  | Sayur yang bersih dan segar adalah sayur yang permukaannya halus dan kusam.                             |    |   | ✓  |     |
| 5.  | Dalam pembuatan MP-ASI sebaiknya disesuaikan dengan kebiasaan keluarga dalam mengonsumsi makanan pokok. |    | ✓ |    |     |

### C. SIKAP

Isilah kolom dibawah ini dengan tanda checklist (√)

**SS** : Sangat Setuju

**S** : Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**STS** : Sangat Tidak Setuju

#### MATERI 3.

| No. | Uraian  | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1.  | Sayuran yang baik bagi balita adalah sayuran berwarna jingga dan hijau.     | √  |   |    |     |
| 2.  | Bawang putih dapat meningkatkan selera makan balita.                        |    | √ |    |     |
| 3.  | Salah satu contoh bahan makanan yang mengandung kalori utama adalah daging. | √  |   |    |     |
| 4.  | Protein berfungsi untuk melancarkan pencernaan balita.                      |    | √ |    |     |
| 5.  | Teh baik bagi balita karena kandungan nutrisinya tinggi.                    |    | √ |    |     |

Isilah kolom dibawah ini dengan tanda checklist (✓)

**SS** : Sangat Setuju

**S** : Setuju

**TS** : Tidak Setuju

**STS** : Sangat Tidak Setuju

**MATERI 4.**

| No. | Uraian  | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1.  | Makanan kalengan kaya akan nutrisi yang baik bagi balita.                                 |    | ✓ |    |     |
| 2.  | Dalam membuat MPASI, sayuran tidak perlu diolah karena dapat merusak zat gizi didalamnya. |    | ✓ |    |     |
| 3.  | Menambahkan sedikit santan pada MPASI membuat rasa makanan menjadi lebih gurih.           |    | ✓ |    |     |
| 4.  | Susu merupakan bahan makanan yang mengandung protein hewani.                              |    | ✓ |    |     |
| 5.  | Bahan makanan yang mengandung lemak dapat memperlancar pencernaan balita.                 |    | ✓ |    |     |

Lampiran 7. Langkah-langkah Konseling Gizi

| NO. | WAKTU (Menit) | LANGKAH                         | KETERANGAN  |
|-----|---------------|---------------------------------|---|
| 1.  | 5             | Membangun dasar-dasar konseling | Membuka pendampingan gizi dengan menyapa responden secara ramah-tamah, perkenalan serta menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan.   |
| 2.  | 5             | Menggali permasalahan           | Melakukan wawancara dan mengumpulkan data seperti data antropometri, riwayat makan, dan riwayat personal responden untuk mengidentifikasi masalah dan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya masalah, serta memberikan <i>pre-test</i> pengetahuan dan sikap untuk melihat sejauh mana responden memiliki pemahaman mengenai materi yang akan disampaikan.   |
| 3.  | 5             | Menegakkan diagnosis            | Menentukan masalah gizi yang dihadapi responden (problem), menentukan etiologi (penyebab masalah), menentukan tanda dan gejala masalah tersebut.  |
| 4.  | 30            | Rencana intervensi gizi         | Melakukan pendampingan sesi intensif dengan memberikan sebuah penjelasan/materi edukasi untuk mengatasi masalah dan memberikan berbagai alternatif yang dapat dipilih oleh responden.   |
| 5.  | 5             | Memperoleh komitmen             | Memperoleh kesepakatan bersama responden yang digunakan dalam melaksanakan preskripsi diet dan aturan lainnya dengan memberikan pemahaman, dukungan, motivasi, dan membangun rasa percaya diri responden untuk melakukan perubahan yang sesuai anjuran dan disepakati bersama.  |
| 6.  | 10            | Monitoring dan evaluasi         | Monitoring dan evaluasi dilakukan pada pendampingan terakhir untuk mengetahui pelaksanaan intervensi yang dilakukan dengan 4 hal yaitu: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Monitoring perkembangan, meliputi pemahaman, <i>post-test</i> pengetahuan dan sikap serta ketaatan responden</li> <li>2. Mengukur hasil, yang dapat dilihat dari perubahan fisik dan perubahan pola makan balita</li> </ol> |

| <b>NO.</b> | <b>WAKTU<br/>(Menit)</b> | <b>LANGKAH</b> | <b>KETERANGAN</b>  |
|------------|--------------------------|----------------|--|
|            |                          |                | <ol style="list-style-type: none"><li>3. Evaluasi hasil guna mengetahui keberhasilan program pendampingan gizi dengan metode konseling</li><li>4. Dokumentasi monitoring dan evaluasi untuk melihat perubahan yang terjadi pada proses konseling. Data yang perlu didokumentasikan yaitu antropometri dan perubahan pola makan</li></ol> |





## **TIM PENYUSUN**

Bastianus Doddy Riyadi, SKM., MM.  
Hasan Aroni, SKM, MPH.  
I Dewa Nyoman Supariasa, MPS.  
I Nengah Tanu Komalya, DCN., SE., M.Kes., RD.  
Juin Hadisuyitno, SST., M. Kes.  
Sugeng Iwan Setyobudi, STP, M.Kes.  
Tapriadi, SKM., M.Pd.

Aliyah Nabilah Setya Febriyani  
Amalya Kartika Hapsari  
Anak Agung Istri Oktaviani D  
Dewi Sofianilati  
Reny Seftiani  
Tessalonica Ananda Hardani





## KATA PENGANTAR

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

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

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





# DAFTAR ISI

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Pengertian Gizi Kurang.....       | 1  |
| Penyebab Gizi Kurang.....         | 3  |
| Dampak Gizi Kurang.....           | 4  |
| Upaya Pencegahan Gizi Kurang..... | 5  |
| Pengukuran Antropometri Anak..... | 7  |
| Alur Deteksi Dini Gizi Buruk..... | 8  |
| Pengertian Gizi Seimbang .....    | 9  |
| Kebutuhan Gizi Balita.....        | 15 |
| Asupan Zat Gizi.....              | 17 |
| Pola Pemberian Makan.....         | 25 |
| Pemilihan Bahan MPASI.....        | 30 |
| Pemberian Makanan Tambahan.....   | 37 |
| Daftar Penukar Bahan Makanan..... | 45 |
| Menu dan Resep Makanan.....       | 52 |
| Form Pendampingan.....            | 60 |
| Form Monitoring.....              | 62 |



# MASALAH GIZI KURANG



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

## Contoh Masalah Gizi Kurang Pada Balita



**Stunting  
(Balita Pendek)**



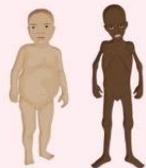
**Wasting  
(Balita  
Kurus/sangat  
kurus)**



**GIZI BURUK**



**UNDERWEIGHT**



**KWASHIORKOR DAN  
MARASMUS**



**ANEMIA**



**(GAKI)  
GANGGUAN AKIBAT  
KEKURANGAN  
IODIUM**



# GIZI KURANG



GIZI KURANG

Tinggi  
Badan



Berat  
Badan



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



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

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



2



## GIZI KURANG

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

### PENYEBAB GIZI KURANG

#### PENYEBAB LANGSUNG



Asupan Makanan yang Kurang



Adanya Penyakit Infeksi

#### PENYEBAB TIDAK LANGSUNG



Masalah Sosial-Ekonomi



Kurangnya Pengetahuan



Pola Asuh Yang Kurang Tepat



Sanitasi Yang Kurang Memadai



# DAMPAK GIZI KURANG



**Gangguan Kesehatan  
Mental dan Emosional**



**Gangguan  
Pertumbuhan**



**Penurunan Daya  
Tahan Tubuh**



**Kematian**



# UPAYA PENCEGAHAN



**Pemberian ASI  
Eksklusif Selama 6  
Bulan**



**Memantau  
Pertumbuhan  
Balita**



**Cuci Tangan  
Pakai Sabun  
dan Air  
Mengalir**



**Imunisasi Dasar  
Lengkap**



**Pemenuhan  
Kebutuhan Gizi**



## HUBUNGAN MAKANAN UNTUK PENCEHAHAN DAN MENANGGULANGI MASALAH GIZI

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



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

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



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





# ASUPAN ZAT GIZI

## Energi

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

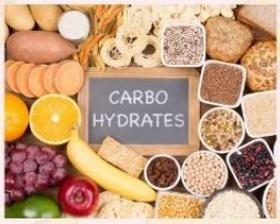
### MANFAAT

Sumber tenaga

Membantu proses metabolisme tubuh

Mendukung pertumbuhan dan perkembangan manusia

### SUMBER ENERGI



Karbohidrat



Protein



Lemak





# ASUPAN ZAT GIZI

## Karbohidrat

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

### MANFAAT

Sumber energi utama

Pembentukan sel, jaringan, dan organ tubuh

Menjaga keseimbangan asam dan basah

Menjaga fungsi otak

### SUMBER KARBOHIDRAT

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





# ASUPAN ZAT GIZI

## Protein

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

### MANFAAT

Membentuk ikatan-ikatan esensial

Mengatur keseimbangan air

Pembentukan antibodi

Pengangkut zat-zat gizi

## SUMBER PROTEIN

### Protein Hewani

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

### Protein Nabati

- Tempe
- Tahu
- Kacang-kacangan





# ASUPAN ZAT GIZI

## Lemak

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

### MANFAAT

Sumber Energi

Sebagai Pelumas

Sumber Asam Lemak Esensial

Memelihara Suhu Tubuh

Alat Angkut Vitamin Larut Lemak

Pelindung Organ Tubuh

Memberi Rasa Kenyang dan Kelezatan

### SUMBER LEMAK

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





# ASUPAN ZAT GIZI

## Zat Besi

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

### MANFAAT

- Membantu pembentukan sel darah merah dan sel otot
- Metabolisme energi
- Sistem kekebalan tubuh

### SUMBER ZAT BESI

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





# ASUPAN ZAT GIZI

## Zink

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

### MANFAAT

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

### SUMBER ZINK

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

Sumber zink terbaik terdapat pada daging dan makanan laut.





# ASUPAN ZAT GIZI

## Vitamin C

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

### MANFAAT

- Kofaktor dan Koenzim
- Sintesis Kolagen
- Mencegah Infeksi
- Absorpsi dan Metabolisme Besi
- Membantu Pertumbuhan Tulang dan Gigi
- Pembentukan sel darah merah dan sum-sum tulang

### SUMBER VITAMIN C

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



# MP-ASI

MP-ASI merupakan singkatan dari Makanan Pendamping ASI, yaitu makanan tambahan yang diberikan pada bayi selain ASI (Air Susu Ibu) ketika ASI saja tidak mencukupi kebutuhan nutrisi anak untuk tumbuh kembang optimal. MP-ASI juga dikenal dengan sebutan *complementary food*, yaitu makanan dan cairan selain ASI.

Pemberian MP-ASI yang optimal dengan tepat waktu, adekuat, aman, dan diberikan secara responsif kepada anak akan:



Menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang optimal



Mencegah stunting



Menurunkan risiko anemia



Mencegah obesitas/overweight



Menurunkan risiko defisiensi zat gizi mikro



Menurunkan risiko terjadinya diare



Anda telah memperoleh informasi terkait manfaat pemberian MPASI, buktikan bahwa balita anda telah mendapatkan manfaat tersebut!

14

# Usia yang Disarankan dalam Pemberian MP-ASI

Pemberian MP-ASI yang tepat adalah pada usia 6 bulan.



## AKIBAT

Bila terlalu dini :

1 Diare



2 Gangguan pencernaan



3 Mengurangi konsumsi ASI



Bila terlalu lambat :

1 Kurang gizi



2 Pertumbuhan terhambat



Anda telah memperoleh informasi mengenai akibat pemberian MPASI bila terlalu dini dan terlalu lambat, buktikan bahwa anda tepat waktu dalam pemberian MPASI pada balita anda!

## Usia yang Disarankan dalam Pemberian MP-ASI

Mengapa usia 6 bulan dikatakan tepat dalam pemberian MP-ASI?



Usia 0-2 bulan hanya membutuhkan total 450 kkal setiap harinya.



Usia 3 - 5 bulan, ASI masih menjadi peran utama dalam pemenuhan energi bayi sebanyak 550 kkal per hari.

Usia 6-8 bulan, kebutuhan per harinya naik menjadi 650 kkal.



Ini dia ringkasannya...



- Usia 0-6 bulan cukup mengonsumsi ASI saja 100%.
- Usia 6 bulan, 65%-80% energi dipenuhi oleh ASI sedang 20-35% MP-ASI.
- Usia 12 bulan, kebalikan dari 6 bulan yaitu 65%-80% kebutuhan energi berasal dari MPASI sedang 20-35% dipenuhi ASI.

## Jenis Makanan untuk MP-ASI

Pemilihan bahan makanan MP-ASI sebaiknya memenuhi beberapa unsur sebagai berikut:

1

Makanan pokok keluarga



Sesuai kebiasaan dan daerah masing-masing.

2

Mudah di dapat



Disesuaikan dengan daerah tempat tinggal agar lebih mudah.

3

Murah



Tidak harus mahal, karena yang murah bukan berarti tidak berkualitas.  
Contoh: Kandungan Omega 3 kembang → salmon

4

Kaya nutrisi



Mengolah makanan dengan benar, memilih bahan makanan yang bagus, dan tidak mengonsumsi makanan kaleng.

## Jenis Makanan untuk MP-ASI

Pemilihan bahan makanan MP-ASI sebaiknya memenuhi beberapa unsur sebagai berikut:

5

Bersih dan segar



Perlu menjaga kebersihan bahan makanan, pilih buah dan sayur yang segar, tidak layu, permukaan halus, tidak lecet, tidak kusam, dan kulit tidak keriput.

6

Matang



Untuk meminimalkan bakteri yang terkandung dalam bahan mentah, tidak perlu terlalu lama dan dengan suhu tinggi. Buah tidak perlu diolah.

7

Mudah dicerna



Makanan yang mengandung serat kasar dan sukar dicerna diberikan seminimal mungkin, karena dapat mengganggu proses pencernaan dan penyerapan zat gizi.

Dari informasi di atas, buktikan bahwa anda sudah tepat dalam memilih bahan makanan untuk MPASI!

18

# Bahan Makanan untuk MP-ASI

## KARBOHIDRAT

Sumber energi dan kalori utama

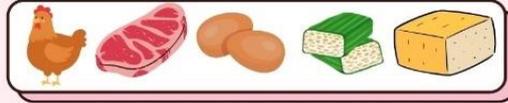
Beras putih, beras merah, kentang, jagung, umbi-umbian, gandum, atau sereal.



## PROTEIN

Zat pembangun dan pengatur

Protein hewani: ayam, daging, telur, susu.  
Protein nabati: sayuran, tempe, gandum.



## LEMAK

Meningkatkan kandungan energi dalam makanan



Mudah ditelan

Mentega, keju, minyak kelapa, santan, minyak kacang, minyak wijen.



# Bahan Makanan untuk MP-ASI

## VITAMIN & MINERAL

Meningkatkan sistem imun

Beta Karoten

Sayur: sayuran berwarna hijau dan jingga.  
Buah: apel, pisang, kiwi, pepaya, naga, dll.



3-4

Selingan makan

## REMPAH-REMPAH

Meningkatkan selera makan

Kayu manis, pala, bawang putih, jintan, kunyit, jahe, adas, ketumbar.



Hindari pemberian minuman rendah nutrisi seperti kopi, teh, minuman manis atau soda.

Dari informasi di atas, buktikan bahwa anda jago dalam memilih bahan makanan yang baik dan bergizi bagi balita anda!



# RESEP MAKANAN ANAK

## NASI TIM KACANG POLONG

### Bahan:

- 8 sdm (50 gr) nasi
- 5 sdm (50 gr) kacang polong
- 2 gls (200 ml) kaldu

### Cara membuat:

1. Masukkan nasi ke dalam panci kecil kemudian tambahkan air secukupnya, tambahkan air secukupnya, tambahkan kacang polong aduk-aduk hingga menjadi lunak.
2. Setelah matang, tunggu agak dingin, cetak pada piring saji.



Untuk 1 Porsi



## TIM OAT JAGUNG TOPING CORNFLAKES

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

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

### Cara membuat:

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



21

# RESEP MAKANAN ANAK

## AGAR-AGAR MANGGA

Untuk 4 Porsi

### Bahan:

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

### Cara membuat:

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



## BUBUR SUHU (SUSU TAHU)

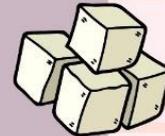
Untuk 1 Porsi

### Bahan:

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

### Cara membuat:

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



22

# RESEP MAKANAN ANAK

## BUBUR OATMEAL HIJAU

Untuk 2 Porsi

### Bahan:

- 5 sdm (50 gram) oat instant
- 1 bh (50 gram) alpukat ukuran sedang

### Cara membuat:

1. Letakkan oat di dalam mangkuk, kemudian tambahkan air panas secukupnya hingga oat menjadi bubur
2. Setelah bubur oat agak dingin, masukkan potongan alpukat ke dalam blender, kemudian tambahkan air secukupnya. Blender sekitar 3 menit, saring dan kemudian sajikan



## SARI JERUK MANIS

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 2 bh (200 gr) jeruk manis ukuran besar

### Cara membuat:

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



23

# RESEP MAKANAN ANAK

## JUS BUAH PIR

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

- 2 bh pier

### Cara membuat:

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



Tinggi Kalium, Kalsium & Vit.A  
Energi: 205,9 kkal  
Protein: 6,895 gr  
Lemak: 9,76 gr  
Karbohidrat: 22,48 gr

## TIM KEKANG

Untuk 5 Porsi

### Bahan:

- 2 bh (80 gr) kentang ukuran sedang
- 1/2 gls (50 gr) kangkung
- 1 ptg (50 gr) daging ukuran sedang (6x5x2 cm)
- 2 btr telur (kuning saja)
- 3 helai daun bawang iris tipis
- 1 siung bawang putih cincang halus

### Cara membuat:

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

Tinggi Vit.C, Vit.A, Protein & Kalium  
Energi: 181,98 kkal  
Protein: 8,99 gr  
Lemak: 14,22 gr  
Karbohidrat: 3,98 gr



24

# RESEP MAKANAN ANAK

## NASI TIM GURIH

### Bahan:

- 8 sdm (50 gram) beras
- 1 gls (100 ml) santan

### Cara membuat:

1. Masukkan santan ke dalam panci dan campurkan air 1 gelas, kemudian masukkan beras yang sudah dicuci bersih ke dalam panci. Aduk hingga matang
2. Masukkan ke dalam blender, blender sekitar 1 menit. Tuang dan sajikan

Untuk 1 Porsi

Tinggi Energi, Lemak & Fosfor  
Energi: 302 kkal  
Protein: 5,4 gr  
Lemak: 10,35 gr  
Karbohidrat: 47,05 gr

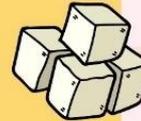


## BOLA-BOLA TAHU

Untuk 1 Porsi

### Bahan:

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



### Cara membuat:

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

Tinggi Energi, Vit.A & Protein  
Energi: 110 kkal  
Protein: 7,74 gr  
Lemak: 8,342 gr  
Karbohidrat: 11,15 gr



25

# RESEP MAKANAN ANAK

## NUGGET TAHU

Untuk 5 Porsi

### Bahan:

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



**Tinggi Kalium & Protein**  
Energi: 113 kkal  
Protein: 8,2 gr  
Lemak: 6,37 gr  
Karbohidrat: 4,95 gr

### Cara membuat:

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



## NASI TIM BULAN

### Bahan:

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

### Cara membuat:

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

**Tinggi Energi, Vit. A, Fosfor & Kalium**  
Energi: 269,5 kkal  
Protein: 9,65 gr  
Lemak: 16,45 gr  
Karbohidrat: 20,65 gr



26

# RESEP MAKANAN ANAK

## WEJEK PISANG

Untuk 2 Porsi

### Bahan:

- 2 buah pisang
- 1/2 gls (50 ml) susu formula

### Cara membuat:

1. Kukus/panggang pisang hingga melunak
2. setelah lunak, kemudian haluskan dengan punggung sendok, namun jangan terlalu halus. Kemudian tambahkan susu formula. Sajikan selagi hangat



## TIM KENTANG AYAM CINCANG

Untuk 3 Porsi

### Bahan:

- 1 bh (100 gr) kentang ukuran besar
- 2 ptg (70 gr) daging ayam ukuran sedang dicincang
- 1 butir telur (kuning saja)

### Cara membuat:

1. Kupas kentang dan potong dadu rebus bersama ayam cincang
2. Kocok telur, kemudian campurkan kentang dan ayam. Bungkus menggunakan daun pisang/wadah tahan panas, kemudian kukus hingga matang. Angkat dan sajikan selagi hangat.



# RESEP KALDU

## RESEP KALDU SAYURAN

### Bahan:

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

### Cara membuat:

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



## RESEP KALDU DAGING



### Bahan:

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

### Cara membuat:

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



# FORMULIR MONITORING PENDAMPINGAN

## Penjelasan Umum:

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

## Penjelasan Cara Pengisian:

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

### Pendampingan Ke-1

#### Hari/ Tanggal:

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



### **Pendampingan Ke-2**

**Hari/ Tanggal:**

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

### **Pendampingan Ke-3**

**Hari/ Tanggal:**

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

### **Pendampingan Ke-3**

**Hari/ Tanggal:**

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



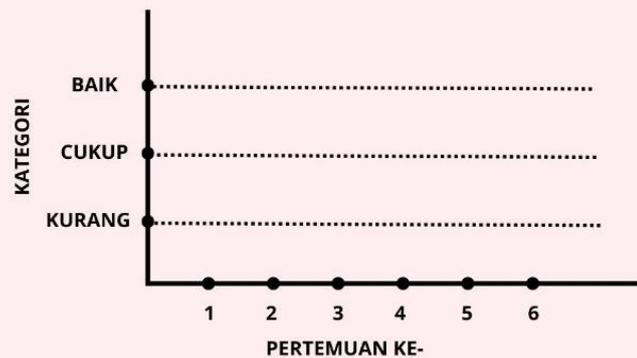
# FORMULIR MONITORING PENGETAHUAN IBU BALITA

## Penjelasan Umum:

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

## Kategori Pengukuran Pengetahuan

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



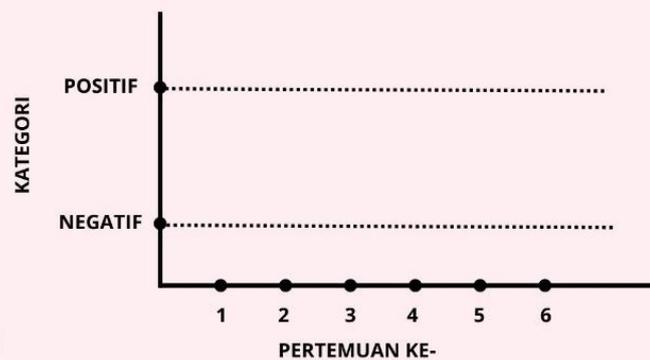
# FORMULIR MONITORING SIKAP IBU BALITA

## Penjelasan Umum:

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

## Kategori Pengukuran Sikap

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



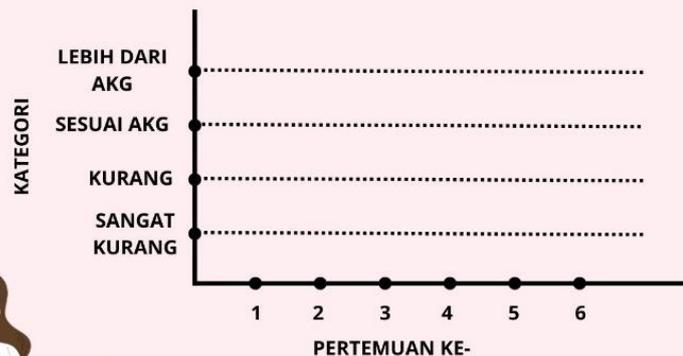
# FORMULIR MONITORING TINGKAT KONSUMSI BALITA

## Penjelasan Umum:

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

## Kategori Pengukuran Tingkat Konsumsi

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





## **PENUTUP**

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

Malang, Maret 2023

**Penyusun**





## DAFTAR PUSTAKA

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





## DAFTAR PUSTAKA

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



Lampiran 9. Data Karakteristik Ibu Balita

| Kode | Usia | Tingkat Pendidikan | Pekerjan Kepala Keluarga | Pekerjaan Ibu | Jumlah Anggota Keluarga | Jumlah Pendapatan |
|------|------|--------------------|--------------------------|---------------|-------------------------|-------------------|
| K1   | 26   | SMP                | Wiraswasta               | IRT           | 4                       | < UMR             |
| K2   | 34   | SMK                | Wiraswasta               | IRT           | 4                       | < UMR             |
| K3   | 24   | SMA                | Swasta                   | IRT           | 4                       | > UMR             |
| K4   | 20   | SD                 | Swasta                   | IRT           | 3                       | < UMR             |
| K5   | 37   | SMK                | Swasta                   | IRT           | 5                       | < UMR             |
| K6   | 37   | SMP                | Wiraswasta               | Swasta        | 9                       | > UMR             |
| K7   | 37   | SMA                | Wiraswasta               | IRT           | 6                       | < UMR             |
| K8   | 29   | SMK                | TNI                      | IRT           | 4                       | > UMR             |
| K9   | 33   | D3                 | Swasta                   | IRT           | 4                       | > UMR             |
| K10  | 38   | D3                 | Swasta                   | IRT           | 7                       | < UMR             |
| E11  | 28   | SMK                | Swasta                   | IRT           | 3                       | < UMR             |
| E12  | 33   | SD                 | Swasta                   | IRT           | 4                       | < UMR             |
| E13  | 23   | SMP                | Swasta                   | IRT           | 5                       | < UMR             |
| E14  | 31   | SMK                | Swasta                   | Swasta        | 5                       | > UMR             |
| E15  | 29   | SMP                | Swasta                   | Swasta        | 5                       | > UMR             |
| E16  | 31   | SD                 | Buruh                    | IRT           | 6                       | < UMR             |
| E17  | 35   | SMK                | Swasta                   | IRT           | 5                       | < UMR             |
| E18  | 35   | SMK                | Swasta                   | IRT           | 5                       | < UMR             |
| E19  | 30   | SMA                | Swasta                   | Swasta        | 4                       | > UMR             |
| E20  | 27   | SMA                | Swasta                   | IRT           | 5                       | < UMR             |

Lampiran 10. Data Karakteristik Balita

| Kode | Jenis Kelamin | Tanggal Lahir    | Usia | BB   | TB   | Z-score | BB/TB                |
|------|---------------|------------------|------|------|------|---------|----------------------|
| K1   | Laki-laki     | 23 Juni 2021     | 35   | 10,5 | 92   | -2,64   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K2   | Laki-laki     | 13 Januari 2022  | 28   | 9,3  | 84   | -2,08   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K3   | Laki-laki     | 29 Agustus 2020  | 45   | 10,8 | 91   | -2,3    | Gizi Kurang (Wasted) |
| K4   | Perempuan     | 10 April 2020    | 50   | 10,3 | 92   | -2,55   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K5   | Perempuan     | 23 Januari 2021  | 41   | 11   | 94   | -2,36   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K6   | Perempuan     | 12 Juli 2021     | 35   | 10,3 | 91   | -2,36   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K7   | Perempuan     | 18 Desember 2021 | 30   | 9    | 83   | -2,11   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K8   | Laki-laki     | 18 Agustus 2021  | 33   | 10,6 | 90   | -2,3    | Gizi Kurang (Wasted) |
| K9   | Perempuan     | 4 Oktober 2020   | 46   | 13   | 105  | -2,73   | Gizi Kurang (Wasted) |
| K10  | Perempuan     | 15 Agustus 2021  | 32   | 9,3  | 84   | -2,61   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E11  | Perempuan     | 5 Februari 2020  | 52   | 10,2 | 91   | -2,45   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E12  | Perempuan     | 15 November 2019 | 55   | 13,7 | 105  | -2,07   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E13  | Perempuan     | 20 Oktober 2019  | 56   | 12,7 | 103  | -2,43   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E14  | Laki-laki     | 26 November 2021 | 29   | 11   | 92   | -2,5    | Gizi Kurang (Wasted) |
| E15  | Perempuan     | 23 Maret 2022    | 27   | 8,9  | 82,5 | -2,11   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E16  | Perempuan     | 4 Maret 2021     | 33   | 11   | 93,5 | -2,27   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E17  | Perempuan     | 10 Agustus 2020  | 46   | 11   | 96   | -2,58   | Gizi Kurang (Wasted) |
| E18  | Laki-laki     | 2 Agustus 2021   | 34   | 11,4 | 94   | -2,4    | Gizi Kurang (Wasted) |
| E19  | Perempuan     | 23 November 2021 | 30   | 11   | 92   | -2,5    | Gizi Kurang (Wasted) |
| E20  | Laki-laki     | 22 Juni 2020     | 44   | 13   | 100  | -2,09   | Gizi Kurang (Wasted) |

Lampiran 11. Data Nilai Pengetahuan Ibu Balita Sebelum Pendampingan

| TM    | 1  |    |    |    |    | 2  |    |    |    |     | 3   |     |     |     |     | 4   |     |     |     |     | Total |
|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| Kode  | P1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | P12 | P13 | P14 | P15 | P16 | P17 | P18 | P19 | P20 |       |
| K1    | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 15    |
| K2    | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 12    |
| K3    | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 12    |
| K4    | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 0   | 0   | 11    |
| K5    | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 9     |
| K6    | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 13    |
| K7    | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 11    |
| K8    | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 10    |
| K9    | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 13    |
| K10   | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 11    |
| E11   | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 9     |
| E12   | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 7     |
| E13   | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 11    |
| E14   | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 7     |
| E15   | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 9     |
| E16   | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 14    |
| E17   | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 14    |
| E18   | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 13    |
| E19   | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 13    |
| E20   | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 14    |
| Total | 12 | 18 | 10 | 14 | 6  | 15 | 8  | 2  | 12 | 8   | 6   | 9   | 13  | 11  | 16  | 13  | 18  | 12  | 15  | 10  | 228   |

Lampiran 12. Data Nilai Pengetahuan Ibu Balita Sesudah Pendampingan

| TM    | 1  |    |    |    |    | 2  |    |    |    |     | 3   |     |     |     |     | 4   |     |     |     |     | Total |
|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| Kode  | P1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | P12 | P13 | P14 | P15 | P16 | P17 | P18 | P19 | P20 |       |
| K1    | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 14    |
| K2    | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 14    |
| K3    | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 15    |
| K4    | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 11    |
| K5    | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 10    |
| K6    | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 14    |
| K7    | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 17    |
| K8    | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 15    |
| K9    | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 16    |
| K10   | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 19    |
| E11   | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 17    |
| E12   | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 16    |
| E13   | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 18    |
| E14   | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 12    |
| E15   | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 15    |
| E16   | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 16    |
| E17   | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 16    |
| E18   | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 17    |
| E19   | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 15    |
| E20   | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 18    |
| Total | 17 | 14 | 16 | 18 | 11 | 16 | 12 | 12 | 17 | 15  | 12  | 15  | 18  | 16  | 18  | 16  | 18  | 16  | 18  | 10  | 305   |

Lampiran 13. Data Nilai Sikap Ibu Balita Sebelum Pendampingan

| TM    | 1  |    |    |    |    | 2  |    |    |    |     | 3   |     |     |     |     | 4   |     |     |     |     | Total | Ket.    |
|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|---------|
| Kode  | P1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | P12 | P13 | P14 | P15 | P16 | P17 | P18 | P19 | P20 |       |         |
| K1    | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 3  | 4   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 56    | positif |
| K2    | 4  | 4  | 1  | 4  | 1  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3   | 3   | 3   | 3   | 2   | 4   | 3   | 4   | 2   | 4   | 2   | 58    | positif |
| K3    | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 1  | 4   | 4   | 3   | 1   | 2   | 2   | 4   | 3   | 4   | 3   | 2   | 54    | negatif |
| K4    | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 3  | 1  | 3  | 3   | 4   | 3   | 1   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 3   | 51    | negatif |
| K5    | 4  | 4  | 1  | 4  | 1  | 3  | 2  | 1  | 3  | 3   | 3   | 2   | 2   | 2   | 4   | 3   | 3   | 2   | 3   | 2   | 52    | negatif |
| K6    | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 1  | 4  | 4   | 4   | 4   | 2   | 2   | 4   | 4   | 3   | 1   | 4   | 4   | 61    | negatif |
| K7    | 4  | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2   | 4   | 2   | 1   | 2   | 4   | 4   | 4   | 2   | 2   | 1   | 52    | negatif |
| K8    | 4  | 4  | 2  | 4  | 2  | 1  | 3  | 1  | 2  | 3   | 4   | 2   | 2   | 2   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 3   | 56    | positif |
| K9    | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3   | 3   | 2   | 3   | 2   | 2   | 3   | 4   | 4   | 4   | 3   | 55    | negatif |
| K10   | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 1  | 3  | 3   | 3   | 2   | 2   | 2   | 4   | 4   | 4   | 3   | 4   | 4   | 62    | positif |
| E11   | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1  | 4  | 2   | 4   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 57    | positif |
| E12   | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3   | 3   | 3   | 2   | 2   | 3   | 3   | 3   | 1   | 2   | 1   | 52    | negatif |
| E13   | 4  | 3  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 4   | 3   | 3   | 1   | 2   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 54    | negatif |
| E14   | 4  | 3  | 3  | 4  | 1  | 1  | 3  | 2  | 3  | 3   | 4   | 3   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 2   | 4   | 2   | 55    | negatif |
| E15   | 4  | 1  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 3   | 3   | 4   | 2   | 2   | 55    | negatif |
| E16   | 4  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 4  | 3   | 4   | 2   | 1   | 2   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 2   | 54    | negatif |
| E17   | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 1  | 3  | 3   | 3   | 3   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 4   | 3   | 3   | 54    | negatif |
| E18   | 4  | 1  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 4   | 4   | 2   | 1   | 1   | 55    | negatif |
| E19   | 4  | 4  | 3  | 4  | 2  | 1  | 2  | 2  | 3  | 4   | 4   | 3   | 3   | 2   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 1   | 60    | positif |
| E20   | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2   | 3   | 2   | 2   | 3   | 4   | 3   | 4   | 2   | 3   | 3   | 59    | positif |
| Total | 76 | 62 | 52 | 68 | 40 | 47 | 50 | 29 | 59 | 62  | 69  | 53  | 38  | 43  | 69  | 71  | 64  | 53  | 62  | 45  | 1112  |         |

Lampiran 14. Data Nilai Sikap Ibu Balita Sesudah Pendampingan

| TM    | 1  |    |    |    |    | 2  |    |    |    |     | 3   |     |     |     |     | 4   |     |     |     |     | Total | Ket.    |
|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|---------|
| Kode  | P1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | P12 | P13 | P14 | P15 | P16 | P17 | P18 | P19 | P20 |       |         |
| K1    | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 58    | negatif |
| K2    | 4  | 4  | 1  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 66    | positif |
| K3    | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 4   | 4   | 3   | 2   | 2   | 3   | 3   | 3   | 4   | 3   | 3   | 62    | positif |
| K4    | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4   | 4   | 3   | 1   | 3   | 2   | 4   | 3   | 4   | 4   | 3   | 63    | positif |
| K5    | 4  | 4  | 1  | 4  | 1  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 3   | 4   | 2   | 3   | 2   | 55    | negatif |
| K6    | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 1  | 4  | 4   | 4   | 3   | 3   | 2   | 4   | 3   | 3   | 2   | 4   | 4   | 61    | negatif |
| K7    | 4  | 4  | 2  | 4  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 4   | 2   | 3   | 3   | 4   | 4   | 3   | 4   | 2   | 1   | 59    | negatif |
| K8    | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 1  | 3  | 2   | 4   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 4   | 3   | 4   | 4   | 63    | positif |
| K9    | 3  | 3  | 1  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 4   | 3   | 2   | 3   | 3   | 2   | 4   | 4   | 3   | 4   | 3   | 58    | negatif |
| K10   | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 4   | 4   | 3   | 4   | 3   | 4   | 66    | positif |
| E11   | 4  | 4  | 2  | 4  | 2  | 3  | 3  | 1  | 4  | 2   | 4   | 2   | 3   | 3   | 4   | 3   | 3   | 2   | 3   | 3   | 59    | negatif |
| E12   | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 4   | 2   | 2   | 1   | 58    | negatif |
| E13   | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 61    | positif |
| E14   | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4   | 4   | 3   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 61    | positif |
| E15   | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 1  | 3  | 2   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 4   | 4   | 3   | 3   | 62    | positif |
| E16   | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4  | 4   | 4   | 2   | 2   | 2   | 3   | 4   | 4   | 4   | 2   | 3   | 62    | positif |
| E17   | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3   | 3   | 3   | 1   | 3   | 4   | 4   | 3   | 4   | 3   | 4   | 62    | positif |
| E18   | 4  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 2   | 63    | positif |
| E19   | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4   | 4   | 3   | 3   | 2   | 4   | 4   | 4   | 4   | 4   | 3   | 69    | positif |
| E20   | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2   | 3   | 3   | 2   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 4   | 3   | 60    | negatif |
| Total | 75 | 74 | 48 | 68 | 47 | 60 | 55 | 46 | 66 | 66  | 71  | 55  | 50  | 51  | 67  | 73  | 69  | 64  | 65  | 56  | 1226  |         |

Lampiran 15. Data Tingkat Konsumsi Protein Balita Sebelum dan Sesudah Pendampingan

| Kode | PROTEIN |       |                        |         |       |                 |
|------|---------|-------|------------------------|---------|-------|-----------------|
|      | Sebelum |       |                        | Sesudah |       |                 |
| K1   | 33,5    | 167,5 | Lebih dari AKG         | 25,4    | 127,0 | Sesuai AKG      |
| K2   | 37,6    | 188,0 | Lebih dari AKG         | 22,7    | 113,5 | Sesuai AKG      |
| K3   | 42      | 168,0 | Lebih dari AKG         | 33,1    | 132,4 | Lebih dari AKG  |
| K4   | 41,2    | 206,0 | Lebih dari AKG         | 30,5    | 152,5 | Lebih dari AKG  |
| K5   | 25,3    | 126,5 | Sesuai AKG             | 35,6    | 142,4 | Lebih dari AKG  |
| K6   | 38,5    | 192,5 | Lebih dari AKG         | 27,4    | 137,0 | Lebih dari AKG  |
| K7   | 37,2    | 186,0 | Lebih dari AKG         | 22,5    | 112,5 | Sesuai AKG      |
| K8   | 33,5    | 167,5 | Lebih dari AKG         | 21,9    | 109,5 | Sesuai AKG      |
| K9   | 27,8    | 111,2 | Sesuai AKG             | 26,2    | 104,8 | Sesuai AKG      |
| K10  | 32,9    | 164,5 | Lebih dari AKG         | 28,4    | 142,0 | Lebih dari AKG  |
| E11  | 31,3    | 125,2 | Sesuai AKG             | 29,4    | 117,6 | Sesuai AKG      |
| E12  | 12,1    | 48,4  | Sangat Kurang dari AKG | 24,4    | 97,6  | Kurang dari AKG |
| E13  | 28,7    | 114,8 | Sesuai AKG             | 30,7    | 122,8 | Sesuai AKG      |
| E14  | 38      | 190,0 | Lebih dari AKG         | 32,1    | 160,5 | Lebih dari AKG  |
| E15  | 30,3    | 151,5 | Lebih dari AKG         | 26,6    | 133,0 | Lebih dari AKG  |
| E16  | 23,3    | 93,2  | Kurang dari AKG        | 29,4    | 117,6 | Sesuai AKG      |
| E17  | 35,9    | 143,6 | Lebih dari AKG         | 30,9    | 123,6 | Sesuai AKG      |
| E18  | 44,2    | 221,0 | Lebih dari AKG         | 31,3    | 156,5 | Lebih dari AKG  |
| E19  | 37,1    | 185,5 | Lebih dari AKG         | 27,7    | 138,5 | Lebih dari AKG  |
| E20  | 27,3    | 109,2 | Sesuai AKG             | 32,1    | 128,4 | Sesuai AKG      |

Lampiran 16. Data Tingkat Konsumsi Zat Besi Balita Sebelum dan Sesudah Pendampingan

| Kode | ZAT BESI |       |                        |         |       |                        |
|------|----------|-------|------------------------|---------|-------|------------------------|
|      | Sebelum  |       |                        | Sesudah |       |                        |
| K1   | 4,8      | 68,6  | Sangat Kurang dari AKG | 5,2     | 74,3  | Kurang dari AKG        |
| K2   | 3,9      | 55,7  | Sangat Kurang dari AKG | 6,1     | 87,1  | Kurang dari AKG        |
| K3   | 6        | 85,7  | Kurang dari AKG        | 8,3     | 118,6 | Sesuai AKG             |
| K4   | 2,6      | 37,1  | Sangat Kurang dari AKG | 4,4     | 62,9  | Sangat Kurang dari AKG |
| K5   | 2,3      | 32,9  | Sangat Kurang dari AKG | 6,9     | 98,6  | Kurang dari AKG        |
| K6   | 9,6      | 137,1 | Lebih dari AKG         | 7,5     | 107,1 | Sesuai AKG             |
| K7   | 3        | 42,9  | Sangat Kurang dari AKG | 5,1     | 72,9  | Kurang dari AKG        |
| K8   | 3,6      | 51,4  | Sangat Kurang dari AKG | 4,9     | 70,0  | Kurang dari AKG        |
| K9   | 3,9      | 55,7  | Sangat Kurang dari AKG | 6,6     | 94,3  | Kurang dari AKG        |
| K10  | 6,2      | 88,6  | Kurang dari AKG        | 7,8     | 111,4 | Sesuai AKG             |
| E11  | 4        | 40    | Sangat Kurang dari AKG | 6,3     | 63    | Sangat Kurang dari AKG |
| E12  | 2,8      | 28    | Sangat Kurang dari AKG | 7,4     | 74    | Kurang dari AKG        |
| E13  | 2,7      | 27    | Sangat Kurang dari AKG | 6       | 60    | Sangat Kurang dari AKG |
| E14  | 6,5      | 92,9  | Kurang dari AKG        | 8,1     | 115,7 | Sesuai AKG             |
| E15  | 2,3      | 32,9  | Sangat Kurang dari AKG | 4,9     | 70,0  | Kurang dari AKG        |
| E16  | 2,5      | 35,7  | Sangat Kurang dari AKG | 6,3     | 90,0  | Kurang dari AKG        |
| E17  | 6,8      | 97,1  | Kurang dari AKG        | 7,7     | 110,0 | Sesuai AKG             |
| E18  | 2,7      | 38,6  | Sangat Kurang dari AKG | 5,9     | 84,3  | Kurang dari AKG        |
| E19  | 8,1      | 115,7 | Sesuai AKG             | 7,9     | 112,9 | Sesuai AKG             |
| E20  | 4,5      | 64,3  | Sangat Kurang dari AKG | 8       | 114,3 | Sesuai AKG             |

Lampiran 17. Output Hasil SPSS

1. Pengetahuan Ibu Balita Kelompok Kontrol

| Tests of Normality |                                 |    |       |              |    |      |
|--------------------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|                    | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|                    | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum            | ,176                            | 10 | ,200* | ,966         | 10 | ,851 |
| Sesudah            | ,225                            | 10 | ,165  | ,956         | 10 | ,737 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

| Paired Samples Statistics |         |       |    |                |                 |
|---------------------------|---------|-------|----|----------------|-----------------|
|                           |         | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| Pair 1                    | Sebelum | 58,00 | 10 | 9,487          | 3,000           |
|                           | Sesudah | 72,50 | 10 | 13,176         | 4,167           |

| Paired Samples Correlations |                   |    |             |      |
|-----------------------------|-------------------|----|-------------|------|
|                             |                   | N  | Correlation | Sig. |
| Pair 1                      | Sebelum & Sesudah | 10 | ,289        | ,418 |

**Paired Samples Test**

|  | Paired Differences | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |                   | t | df | Sig. (2-tailed) |         |        |       |         |        |        |   |      |
|--|--------------------|------|----------------|-----------------|---|-------------------|---|----|-----------------|---------|--------|-------|---------|--------|--------|---|------|
|  |                    |      |                |                 | Lower                                     | Upper             |   |    |                 |         |        |       |         |        |        |   |      |
|  |                    |      |                |                 | Pair 1                                    | Sebelum - Sesudah |   |    |                 | -14,500 | 13,834 | 4,375 | -24,396 | -4,604 | -3,314 | 9 | ,009 |

2. Pengetahuan Ibu Balita Kelompok Eksperimen

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,253                            | 10 | ,069  | ,811         | 10 | ,020 |
| Sesudah | ,200                            | 10 | ,200* | ,886         | 10 | ,153 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Ranks**

|                   |                | N               | Mean Rank | Sum of Ranks |
|-------------------|----------------|-----------------|-----------|--------------|
| Sesudah - Sebelum | Negative Ranks | 0 <sup>a</sup>  | ,00       | ,00          |
|                   | Positive Ranks | 10 <sup>b</sup> | 5,50      | 55,00        |
|                   | Ties           | 0 <sup>c</sup>  |           |              |
|                   | Total          | 10              |           |              |

- a. Sesudah < Sebelum
- b. Sesudah > Sebelum
- c. Sesudah = Sebelum

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

|                        |                      |
|------------------------|----------------------|
|                        | Sesudah -<br>Sebelum |
| Z                      | -2,816 <sup>b</sup>  |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,005                 |

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

### 3. Sikap Ibu Balita Kelompok Kontrol

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,168                            | 10 | ,200* | ,932         | 10 | ,472 |
| Sesudah | ,118                            | 10 | ,200* | ,951         | 10 | ,685 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

- a. Lilliefors Significance Correction

**Paired Samples Statistics**

|        |         | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|---------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Sebelum | 55,70 | 10 | 3,743          | 1,184           |
|        | Sesudah | 61,00 | 10 | 3,590          | 1,135           |

**Paired Samples Correlations**

|        |                   | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Sebelum & Sesudah | 10 | ,537        | ,109 |

**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 | Sebelum - Sesudah | -5,300             | 3,529          | 1,116           | -7,825                                    | -2,775 | -4,749 | 9               | ,001  |

4. Sikap Ibu Balita Kelompok Eksperimen

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,281                            | 10 | ,025 | ,899         | 10 | ,215 |
| Sesudah | ,247                            | 10 | ,084 | ,844         | 10 | ,050 |

a. Lilliefors Significance Correction

**Paired Samples Statistics**

|        |         | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|---------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Sebelum | 55,50 | 10 | 2,461          | ,778            |
|        | Sesudah | 61,60 | 10 | 3,026          | ,957            |

**Paired Samples Correlations**

|        |                   | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Sebelum & Sesudah | 10 | ,537        | ,109 |

**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 | Sebelum - Sesudah | -6,100             | 2,685          | ,849            | -8,021                                    | -4,179 | -7,183 | 9               | ,000  |

5. Tingkat Konsumsi Protein Kelompok Kontrol

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,256                            | 10 | ,063  | ,901         | 10 | ,222 |
| Sesudah | ,200                            | 10 | ,200* | ,932         | 10 | ,471 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Paired Samples Statistics**

|        |         | Mean    | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|---------|---------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Sebelum | 167,770 | 10 | 29,3048        | 9,2670          |
|        | Sesudah | 127,360 | 10 | 16,4380        | 5,1981          |

**Paired Samples Correlations**

|        |                   | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Sebelum & Sesudah | 10 | ,291        | ,415 |

**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 | Sebelum - Sesudah | 40,4100            | 29,1299        | 9,2117          | 19,5717                                   | 61,2483 | 4,387 | 9               | ,002  |

6. Tingkat Konsumsi Protein Kelompok Eksperimen

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,122                            | 10 | ,200* | ,984         | 10 | ,982 |
| Sesudah | ,161                            | 10 | ,200* | ,949         | 10 | ,659 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Paired Samples Statistics**

|        |         | Mean    | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|---------|---------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Sebelum | 138,240 | 10 | 51,2391        | 16,2032         |
|        | Sesudah | 129,610 | 10 | 18,7524        | 5,9300          |

**Paired Samples Correlations**

|                          | N  | Correlation | Sig. |
|--------------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 Sebelum & Sesudah | 10 | ,928        | ,000 |

**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 Sebelum - Sesudah | 8,6300             | 34,5501        | 10,9257         | -16,0856                                  | 33,3456 | ,790 | 9  | ,450            |

7. Tingkat Konsumsi Zat Besi Kelompok Kontrol

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,224                            | 10 | ,170  | ,875         | 10 | ,115 |
| Sesudah | ,188                            | 10 | ,200* | ,944         | 10 | ,603 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Paired Samples Statistics**

|        |         | Mean   | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|---------|--------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Sebelum | 65,570 | 10 | 31,3559        | 9,9156          |
|        | Sesudah | 89,720 | 10 | 19,2692        | 6,0935          |

**Paired Samples Correlations**

|        |                   | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Sebelum & Sesudah | 10 | ,624        | ,054 |

**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 | Sebelum - Sesudah | -24,1500           | 24,5097        | 7,7506          | -41,6832                                  | -6,6168 | -3,116 | 9               | ,012  |

8. Tingkat Konsumsi Zat Besi Kelompok Eksperimen

**Tests of Normality**

|         | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|---------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|         | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Sebelum | ,299                            | 10 | ,012 | ,828         | 10 | ,031 |
| Sesudah | ,222                            | 10 | ,179 | ,875         | 10 | ,114 |

a. Lilliefors Significance Correction

|                   |                | Ranks          |           |              |
|-------------------|----------------|----------------|-----------|--------------|
|                   |                | N              | Mean Rank | Sum of Ranks |
| Sesudah - Sebelum | Negative Ranks | 1 <sup>a</sup> | 1,00      | 1,00         |
|                   | Positive Ranks | 9 <sup>b</sup> | 6,00      | 54,00        |
|                   | Ties           | 0 <sup>c</sup> |           |              |
|                   | Total          | 10             |           |              |

a. Sesudah < Sebelum

b. Sesudah > Sebelum

c. Sesudah = Sebelum

| Test Statistics <sup>a</sup> |                      |
|------------------------------|----------------------|
|                              | Sesudah -<br>Sebelum |
| Z                            | -2,701 <sup>b</sup>  |
| Asymp. Sig. (2-tailed)       | ,007                 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 18. Dokumentasi Penelitian



Pemberian Konseling



Pengisian Kuesioner



Pengisian Kuesioner



Pemberian Konseling