

DAFTAR PUSTAKA

- Alyssa Atikah Putri, & Shella Salsabila. (2023). Dampak Penyakit KEK Pada Ibu Hamil. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(3), 246–253. <https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v1i3.1525>
- Erowati, D., Yolahumaroh, & Marlina, Y. (2023). Pengaruh Video Edukasi Tablet Tambah Darah dan Gizi Ibu Hamil terhadap pengetahuan, Kepatuhan dan Kadar Hemoglobin. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(3), 542–548.
- Fajriati, W., Linda Puji Astutik, & Riny Natalina. (2024). Hubungan Kepatuhan Ibu Hamil Minum Tablet Tambah Darah Dan Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Panarung. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 14(1), 45–55. <https://doi.org/10.52263/jfk.v14i1.196>
- Hasanalita, H. (2023). Pemberian Makanan Tambahan Bagi Ibu Hamil Dengan Kek Di Desa Sumpur Jaya Kecamatan Ketambe. *Hippocampus Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 108–113. <https://doi.org/10.47767/hippocampus.v2i2.587>
- Hernawati, Y., & Kartika, R. (2019). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Pada Ibu Hamil Dengan Kurang Energi Kronis Di Wilayah Kerja Puskesmas Ibrahim Adjie Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada*, 13(1), 40–46. <https://doi.org/10.38037/jsm.v13i1.76>
- Heryunanto, D., Putri, S., Izzah, R., Ariyani, Y., & Kharin Herbawani, C. (2022). Gambaran Kondisi Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil Di Indonesia, Faktor Penyebabnya, Serta Dampaknya. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1792–1805. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i2.4627>
- Hidayati, T., Studi, P., Profesi, P., Hafshawaty, U., Hasan, P. Z., Hanifah,

I., Studi, P., Profesi, P., Hafshawaty, U., Hasan, P. Z., Widayati, A., Studi, P., Profesi, P., Pesantren, H., Hasan, Z., Fe, T., & Hamil, I. (2024). © 2024 Jurnal Keperawatan. 69–75.

Iskandar, I., Rachmawati, R., Ichsan, I., & Khazanah, W. (2022). Perbaikan gizi pada ibu hamil kekurangan energi kronis (KEK) melalui pendampingan pemberian makanan tambahan di wilayah kerja Puskesmas Lampisang Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 4(1), 34. <https://doi.org/10.30867/pade.v4i1.900>

Kusumastuti, T., Putri, D. P., Eliza, C. P., Hanifah, A. N., & Nurchandra, F. (2023). Kek Pada Ibu Hamil: Faktor Risiko Dan Dampak. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2719–2726.

Lujuk, H., Clara Ritawany Sinaga, & Wiwi Erwina. (2023). Profil Farmakoepidemiologi Suplemen Penambah Darah dan Pengukuran Kualitas Hidup pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Kecamatan Kongbeng Kabupaten Kutai Timur. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 10(2), 170–176. <https://doi.org/10.20473/jfk.v10i2.49112>

Mandella, W., Veronica, N., & Sari, L. L. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Seginim Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(1), 33–42. <https://doi.org/10.58222/juvokes.v2i1.148>

Mangalik, G., Koritelu, R. T., Amah, M. W., Junezar, R., Kbarek, O. P. I., & Widi, R. (2019). Supplementary Feeding Program: A Case Study of Pregnant Women with Chronic Lack of Energy at Puskesmas Cebongan Salatiga. *Journal of Nursing and Midwifery*, 10(1), 111.

Prihatin, S. (2023). Hubungan antara Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Puskesmas Batunyal. 1–14. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>

- Purba, A., Simanjuntak, N. M., Siregar, R. N., & Hulu, L. V. (2023). Analisis Konsumsi Makanan Tambahan terhadap Kurang Energi Kronis dan Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Puskesmas Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang. 8(2), 119–125.
- Puspitasari, M., Mitra, M., Gustina, T., Rany, N., & Zulfayeni, Z. (2021). Pemberian Makanan Tambahan pada Ibu Hamil KEK di Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru. Jurnal Kesehatan Manarang, 7(2), 141. <https://doi.org/10.33490/jkm.v7i2.325>
- Supiani, Wirastri, D., & Siswari, B. D. (2023). Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar HB Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa, 1(4), 79–87. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i4.62>

Lampiran 1 Surat izin penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 3 Juni 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/935/2025
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala UPT Puskesmas Pagar Merbau
di Tempat

Sesuai dengan Kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dr. Mahdiah, DCN, M. Kes untuk melakukan Penelitian di Puskesmas Pagar Merbau. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Rizkiah Julianti
NIM : P01031122132
Judul : Tinjauan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dan Tablet Tambah Darah (TTD) di Puskesmas Pagar Merbau.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS PAGAR MERBAU

Jalan Galang – Pagar Merbau I Kode Pos 20551
e-mail : puskpagarmerbau@gmail.com



Pagar Merbau, 5 Juni 2025

Nomor : 440/1240/TU/PM/VI/2025
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
Kepala Bagian Prodi Diploma III Gizi
Poltekkes Kementerian Kesehatan Medan
di-
Lubuk Pakam

Sehubungan dengan surat Kepala Poltekkes Kementerian Kesehatan Medan Prodi Diploma III Gizi Nomor KH.03.01/XIV.13/935/2025 pada Tanggal 3 Juni 2025 Perihal Permohonan Izin Penelitian di Puskesmas Pagar Merbau. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Rizkiah Julianti
NIM : P01031122132
Judul : Tinjauan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dan Tablet Tambah Darah (TTD) di Puskesmas Pagar Merbau.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Kepala UPT Puskesmas Pagar Merbau
Kecamatan Pagar Merbau



dr. Wawan Hariawan, M.Kes
Pembina
NIP. 19790828 200903 1 004

1. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSRtE (Balai Sertifikasi Elektronik)
2. UU ITE Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Lampiran 3 Data Master Tabel

Master Tabel Ibu Hamil KEK di UPT. Puskesmas Pagar Merbau

Kode Sampel	UMUR	USIA KEHAMILAN	Kategori	LILA	Status KEK	Keb (Kkal)	persentase	Kategori PMT	Konsumsi TTD
A01	34	15 minggu	Trimester 2	22.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A02	26	24 minggu	Trimester 2	22.5	KEK	510-530	95,7	Kurang	Tidak Rutin
A03	24	14 minggu	Trimester 2	21	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A04	34	24 minggu	Trimester 2	21	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A05	24	14 minggu	Trimester 2	21	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A06	28	8 minggu	Trimester 1	20	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A07	31	24 minggu	Trimester 2	22.5	KEK	510-530	95,7	Kurang	Tidak Rutin
A08	20	24 minggu	Trimester 2	22	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A09	28	28 minggu	Trimester 3	22.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A10	22	16 minggu	Trimester 2	22	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A11	25	20 minggu	Trimester 2	21.5	KEK	510-530	100	Baik	Tidak Rutin
A12	25	22 minggu	Trimester 2	21	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A13	23	28 minggu	Trimester 3	22.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A14	31	20 minggu	Trimester 2	21.8	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A15	28	28 minggu	Trimester 3	21	KEK	510-530	100	Baik	Tidak Rutin
A16	22	24 minggu	Trimester 2	22.3	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A17	26	16 minggu	Trimester 2	22	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A18	32	32 minggu	Trimester 3	21.7	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A19	24	20 minggu	Trimester 2	21.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A20	30	16 minggu	Trimester 2	22	KEK	510-530	93,1	Kurang	Tidak Rutin

A21	21	14 minggu	Trimester 2	21	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A22	25	20 minggu	Trimester 2	22.2	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A23	33	16 minggu	Trimester 2	21.9	KEK	510-530	100	Baik	Tidak Rutin
A24	26	22 minggu	Trimester 2	22.4	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A25	22	24 minggu	Trimester 2	22.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin
A26	31	14 minggu	Trimester 2	22.5	KEK	510-530	100	Baik	Rutin

Data Asupan PMT

Kode Sampel	H-1 (kkal)	H-2 (kkal)	H-3 (kkal)	H-4 (kkal)	H-5 (kkal)	H-6 (kkal)	H-7 (kkal)
A01	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A02	513,6	382,2	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A03	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A04	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A05	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A06	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A07	513,6	382,2	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A08	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A09	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A10	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A11	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A12	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A13	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A14	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A15	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A16	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A17	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A18	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A19	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A20	513,6	530,4	511,9	481,3	516,4	515,5	517,9
A21	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A22	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A23	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A24	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A25	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9
A26	513,6	530,4	511,9	511,8	516,4	515,5	517,9

Lampiran 4 Standar Resep



RESEP



PUDING JAGUNG

Bahan:

- Jagung kuning segar: 33 g
- Santan: 30 ml
- Gula pasir: 13 g
- Tepung maizena: 5 g
- Bubuk agar-agar: 1 g

Energi:

- 126,3 kkal

KH:

- 26,7 gr

AYO BUAT PMT IBU HAMIL!

Cara Memasak:

- Pipil jagung kuning segar, lalu blender dengan sedikit air hingga halus.
- Saring jagung yang sudah diblender untuk memisahkan ampasnya (opsional jika ingin tekstur halus).
- Masukkan sari jagung, santan, gula pasir, dan bubuk agar-agar ke dalam panci.
- Larutkan tepung maizena dengan sedikit air, tuang ke dalam campuran.
- Masak sambil diaduk terus di api sedang hingga mendidih dan mengental.
- Tuang ke cetakan puding, biarkan dingin lalu simpan di lemari es hingga set.

Selamat Mencoba!



RESEP

Nasi Baku







Bahan :

- Nasi putih: 150 g
- Santan: 30 ml
- Daging ayam tanpa kulit: 60 g
- Daun pisang secukupnya untuk membungkus

Bumbu halus:

- Bawang merah: 2 siung
- Bawang putih: 1 siung
- Cabai merah (opsional): 1 buah
- Garam: ½ sdt
- Lada bubuk: secukupnya

Cara Memasak :

1. Tumis bumbu halus hingga harum.
2. Masukkan potongan ayam, aduk rata hingga berubah warna.
3. Tambahkan santan, masak hingga ayam matang dan bumbu meresap.
4. Siapkan selembar daun pisang, taruh nasi putih, beri isian ayam berbumbu di tengahnya.
5. Bungkus rapat, semat dengan tusuk gigi.
6. Bakar di atas teflon atau panggangan dengan api kecil hingga daun pisang harum dan sedikit gosong.
7. Sajikan

RESEP RISOL



BAHAN KULIT:

- Tepung terigu: 30 g
- Tepung jagung kuning: 30 g
- Telur ayam: 60 g
- Air: $\pm$ 100 ml
- Garam: $\frac{1}{4}$ sdt
- Minyak untuk olesan teflon: secukupnya

BAHAN ISIAN:

- Daging ayam tanpa kulit: 60 g (rebus, suwir halus)
- Wortel dan bayam: 20 g (iris kecil)
- Buncis mentah: 15 g (iris halus)
- Bawang putih: 1 siung (cincang halus)
- Bawang merah: 2 siung (cincang halus)
- Minyak goreng: 1 sdm
- Lada bubuk: sejumput
- Air: $\pm$ 50 ml

BAHAN PELAPIS

- Tepung panir: secukupnya
- Telur kocok: secukupnya

CARA MEMBUAT

1. Membuat Kulit Risol
 - Campurkan tepung terigu, tepung jagung, garam, dan telur dalam wadah.
 - Tuang air sedikit demi sedikit sambil diaduk hingga adonan licin dan tidak bergerindil.
 - Panaskan teflon anti lengket, oles tipis minyak.
 - Tuang 1 sendok sayur adonan, ratakan tipis seperti membuat kulit lumpia.
 - Masak hingga matang, angkat, dan ulangi hingga adonan habis.
2. Membuat Isian
 - Tumis bawang merah dan bawang putih hingga harum.
 - Masukkan ayam suwir, wortel, bayam, dan buncis, aduk rata.
 - Tambahkan garam, lada, dan sedikit air.
 - Masak hingga air menyusut dan isian matang. Dinginkan.
3. Membentuk Risol
 - Ambil 1 lembar kulit risol, beri 1–2 sdm isian di bagian tengah.
 - Lipat sisi kanan-kiri, lalu gulung dari bawah ke atas hingga rapi.
 - Celupkan risol ke telur kocok, lalu gulingkan ke tepung panir.
4. Menggoreng
 - Panaskan minyak dengan api sedang.
 - Goreng risol hingga kuning keemasan.
 - Angkat dan tiriskan.

ENERGI : 444,6 Kkal
KH : 59,9 gr

Resep SUSU KEDELAI



Bahan

- Kedelai kuning kering: 25 g ($\pm$ 2 sdm penuh)
- Air bersih: $\pm$ 200 ml (untuk proses blender dan rebus, nanti akan menyusut menjadi 160 ml)
- Gula pasir: 8 g ($\pm$ 2 sdt) opsional sesuai selera
- Daun pandan: 1 helai kecil

Cara Masak

1. Rendam kedelai
 - Cuci kedelai hingga bersih, lalu rendam dalam air bersih selama 8–12 jam atau semalaman.
2. Blender kedelai
 - Setelah direndam, buang kulit aranya.
 - Masukkan kedelai dan 200 ml air ke dalam blender, haluskan.
3. Saring
 - Saring hasil blender dengan kain saring atau saringan halus untuk memisahkan ampas (okara) dan sari kedelai.
4. Rebus susu kedelai
 - Tuang sari kedelai ke panci, tambahkan daun pandan jika mau. Masak dengan api kecil sambil diaduk agar tidak gosong.
5. Tambahkan gula
 - Masukkan gula pasir sesuai selera, aduk hingga larut.
6. Penyajian
 - Setelah mendidih, angkat. Dinginkan sedikit lalu ukur menjadi 160 ml untuk 1 porsi. Sajikan hangat atau dingin.

energi : 105,6 kkal
kh:7,7 gr

RESEP DIMSUM



BAHAN KULIT DIMSUM:

- Tepung terigu: dari 50 g di atas, sebagian digunakan untuk kulit ($\pm$ 35 g)
- Air: $\pm$ 15 ml
- Garam: sejumput

BAHAN ADONAN:

- Daging ayam cincang: 50 g
- Tepung tapioka: 10 g ($\pm$ 1 sdm penuh)
- Sayur bayam dan wortel: 15 g (bayam diseduh & cincang, wortel diparut)
- Tepung terigu: 50 g ($\pm$ 5 sdm) — untuk campuran kulit
- Garam: $\frac{1}{4}$ sdt
- Lada bubuk: sejumput
- Bawang putih: 1 siung (cincang halus)
- Air es: $\pm$ 20 ml

• ENERGI : 408,5
KKAL
• KH : 47,9 GR

CARA MEMBUAT :

1. Membuat Kulit Dimsum
 - Campur tepung terigu, garam, dan air sedikit demi sedikit.
 - Uleni hingga adonan kalis.
 - Gilas tipis, lalu potong menjadi lingkaran diameter $\pm$ 8 cm.
2. Membuat Isian
 - Campurkan daging ayam cincang, tepung tapioka, bayam cincang, wortel parut, bawang putih cincang, garam, lada, dan air es.
 - Aduk hingga adonan tercampur rata dan agak lengket.
3. Membentuk Dimsum
 - Ambil 1 lembar kulit dimsum.
 - Beri 1 sdm adonan isian di tengahnya.
 - Bentuk kerutan di tepi kulit dan rapatkan ke arah tengah sambil ditekan ringan.
4. Mengukus
 - Oles alas kukusan dengan minyak kelapa sawit agar dimsum tidak menempel.
 - Letakkan dimsum yang sudah dibentuk.
 - Kukus selama $\pm$ 15–20 menit sampai ayam matang dan kulit dimsum lembut.

Bola-Bola Tahu



Bahan-bahan:

- Tahu – 80 g (dihaluskan)
- Sayur bayam & wortel – 10 g (dipotong halus)
- Telur ayam – 60 g (1 butir)
- Tepung terigu – 20 g
- Tepung maizena – 10 g
- Minyak kelapa sawit – 10 g (untuk menggoreng)
- Garam & merica secukupnya

Cara membuat:

1. Persiapan bahan:
 - Haluskan tahu dengan garpu.
 - Potong halus sayur bayam dan wortel.
2. Campurkan adonan:
 - Dalam mangkuk, masukkan tahu halus, bayam, wortel, telur, tepung terigu, dan tepung maizena.
 - Tambahkan garam & merica secukupnya jika diperlukan.
 - Aduk hingga semua bahan tercampur rata dan bisa dipulung
3. Bentuk bola-bola:
 - Ambil adonan secukupnya, bentuk menjadi bulatan kecil
4. Goreng:
 - Panaskan minyak kelapa sawit.
 - Goreng bola-bola tahu dengan api sedang hingga berwarna kuning keemasan dan matang merata.
5. Sajikan:
 - Tiriskan minyaknya, lalu sajikan hangat

Energi= 352.8 kkal
KH= 27gr

RESEP PUDING KACANG HIJAU



Bahan-bahan:

- Kacang hijau kupas – 25 g
- Gula pasir – 10 g
- Agar-agar bubuk – 5 g
- Santan – 50 g
- Air – ± 150 ml (untuk menghaluskan dan melarutkan agar-agar)

Cara membuat:

Rebus kacang hijau

- Cuci bersih kacang hijau, lalu rebus dengan ±100 ml air hingga empuk.

Haluskan kacang hijau

- Setelah empuk, blender kacang hijau bersama santan sampai halus.

Masak adonan puding

- Campur hasil blenderan kacang hijau, agar-agar bubuk, gula pasir, dan sisa air ke dalam panci.
- Aduk rata sambil dimasak dengan api sedang hingga mendidih.

Cetak puding

- Setelah mendidih, tuang adonan ke dalam cetakan.
- Diamkan hingga set, lalu masukkan ke kulkas agar lebih nikmat.
- Sajikan
- Keluarkan dari cetakan dan sajikan dingin.

energi : 103,2 kkal
kh : 16,7 gr



RESEP SIOMAY

Bahan:

- Tahu putih – 50 g
- Kentang – 50 g
- Kembang kol mentah – 30 g
- Telur ayam – 65 g (± 1 butir)
- Tepung terigu – 20 g
- Tepung maizena – 10 g
- Ikan tenggiri giling – 50 g
- Minyak kelapa sawit – 5 g (± ½ sdm)

Pelengkap saus kacang:

- Kacang tanah tanpa kulit – 15 g
- Gula aren – 5 g
- Air matang – secukupnya
- Garam – secukupnya

Cara Memasak:

1. Menyiapkan adonan siomay

1. Haluskan ikan tenggiri menggunakan food processor atau ulekan.
2. Potong kecil tahu, sisihkan sedikit bagian tengahnya untuk diisi adonan.
3. Dalam wadah besar, campurkan ikan tenggiri, telur, tepung terigu, tepung maizena, garam, dan sedikit air. Aduk hingga adonan kental dan tercampur rata.

2. Menyiapkan isian

4. Ambil tahu, isi dengan adonan ikan.
5. Potong kentang menjadi 2-3 bagian, kembang kol biarkan dalam kuntum kecil.
6. Lumuri kentang dan kembang kol dengan sedikit adonan ikan.

3. Mengukus

7. Pemasakan kukusan.
8. Susun tahu isi, kentang, dan kembang kol di dalam kukusan.
9. Kukus selama ± 25-30 menit atau sampai matang.

4. Membuat saus kacang

10. Goreng kacang tanah sebentar hingga matang, tiriskan.
11. Haluskan kacang tanah bersama gula aren dan sedikit garam.
12. Tambahkan air matang sedikit demi sedikit, aduk hingga membentuk saus kental.

5. Penyajian

13. Sajikan siomay hangat dengan saraman saus kacang.
14. Tambahkan sedikit minyak kelapa sawit di atas siomay untuk aroma dan rasa gurih.

Energi = 515,5 kka
KH= 47,8 gr

menu lengkap

bahan:

- Nasi putih 150 g
- Daging sapi rebus 40 g
- Telur ayam 55 g ($\pm$ 1 butir telur ukuran sedang)
- Kacang panjang mentah 25 g ($\pm$ 3–4 batang)
- Bayam & wortel 15 g (bayam $\pm$ 10 g, wortel $\pm$ 5 g)
- Kelapa parut 5 g
- Jeruk manis 80 g (disajikan sebagai pencuci mulut)
- Bumbu sambal telur:
 - Cabai merah keriting 10 g
 - Bawang merah 5 g ($\pm$ 2 siung kecil)
 - Bawang putih 2 g ($\pm$ 1 siung kecil)
 - Garam secukupnya
 - Gula pasir sedikit (opsional)
- Minyak goreng 5 ml (untuk menumis)
- Bumbu tumis sayur:
 - Bawang putih 2 g
 - Bawang merah 3 g
 - Minyak goreng 3 ml
 - Garam secukupnya

energi:517,9 kkal
kh:64,8 gr

cara membuat:

1. Nasi Putih
 - Kukus atau masak beras hingga matang, ambil 150 g nasi putih.
2. Daging Sapi Rebus
 - Rebus daging sapi dalam air mendidih hingga empuk, potong kecil-kecil.
 - Taburi sedikit garam saat merebus untuk rasa.
3. Sambal Telur Bulat
 - Rebus telur ayam hingga matang, kupas kulitnya.
 - Haluskan cabai merah, bawang merah, dan bawang putih.
 - Panaskan minyak, tumis bumbu halus hingga harum.
 - Tambahkan sedikit garam dan gula.
 - Masukkan telur rebus, aduk hingga bumbu merata.
4. Tumis Sayur
 - Potong kacang panjang $\pm$ 2 cm, iris wortel tipis, siangi bayam.
 - Tumis bawang merah dan bawang putih dengan minyak hingga harum.
 - Masukkan kacang panjang dan wortel, tumis sebentar.
 - Tambahkan bayam terakhir, beri garam, masak hingga layu.
5. Penyajian
 - Tata nasi putih, daging sapi rebus, sambal telur bulat, dan tumis sayur dalam piring.
 - Taburi kelapa parut di atas sayur bila diinginkan.
 - Sajikan dengan jeruk manis sebagai penutup.

Lampiran 5 Hasil Olahan Data

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-25	12	46.2	46.2	46.2
	26-30	7	26.9	26.9	73.1
	31-35	7	26.9	26.9	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Kat_Usia Kehamilan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Trimester 1	1	3.8	3.8	3.8
	Trimester 2	21	80.8	80.8	84.6
	Trimester 3	4	15.4	15.4	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

LILA					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-20,9	1	3.8	3.8	3.8
	21-21,9	11	42.3	42.3	46.2
	22-22,9	14	53.8	53.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Status_KEK					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KEK	26	100.0	100.0	100.0

kategori_PMT					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	23	88.5	88.5	88.5
	Kurang	3	11.5	11.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

konsumsi_TTD					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rutin	20	76.9	76.9	76.9
	Tidak Rutin	6	23.1	23.1	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Lampiran 6 Hasil Recall PMT

HASIL PERHITUNGAN DIET/H-1

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
jagung kuning segar	33 g	35.6 kcal	8.3 g
santan	30 g	21.3 kcal	0.9 g
gula pasir	13 g	50.3 kcal	13.0 g
tepung maizena	5 g	19.0 kcal	4.6 g
agar-agar	93 g	0.0 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 126.3 kcal (25 %), carbohydrate 26.7 g (38 %)

nasi putih	150 g	195.0 kcal	42.9 g
santan	30 g	21.3 kcal	0.9 g
daging ayam	60 g	171.0 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 387.3 kcal (75 %), carbohydrate 43.8 g (62 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi nilai	hasil analisis nilai/hari	rekomendasi pemuhan	persentase
energy	513.6 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	21.3 g(17%)	48.0 g(12 %)	44 %
fat	16.1 g(28%)	77.0 g(< 30 %)	21 %
carbohydr.	70.5 g(56%)	351.0 g(> 55 %)	20 %
dietary fiber	2.5 g	30.0 g	8 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	2.9 g	10.0 g	29 %
cholesterol	47.4 mg	-	-
Vit. A	27.7 µg	800.0 µg	3 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	16 %
Vit. B2	0.2 mg	1.2 mg	17 %
Vit. B6	0.3 mg	1.2 mg	21 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	2.6 mg	100.0 mg	3 %
sodium	52.4 mg	2000.0 mg	3 %
potassium	277.9 mg	3500.0 mg	8 %
calcium	15.0 mg	1000.0 mg	1 %
magnesium	45.8 mg	310.0 mg	15 %
phosphorus	212.2 mg	700.0 mg	30 %
iron	1.7 mg	15.0 mg	11 %
zinc	2.0 mg	7.0 mg	28 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/H-2

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
risoles	180 g	444.6 kcal	59.9 g
susu segar	130 g	85.8 kcal	6.2 g

Meal analysis: energy 530.4 kcal (100 %), carbohydrate 66.2 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	530.4 kcal	1900.0 kcal	28 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	22.7 g(18%)	48.0 g(12 %)	47 %
fat	18.8 g(31%)	77.0 g(< 30 %)	24 %
carbohydr.	66.2 g(51%)	351.0 g(> 55 %)	19 %
dietary fiber	2.5 g	30.0 g	8 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.0 g	10.0 g	10 %
cholesterol	126.2 mg	-	-
Vit. A	105.7 µg	800.0 µg	13 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	21 %
Vit. B2	0.4 mg	1.2 mg	33 %
Vit. B6	0.4 mg	1.2 mg	34 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	8.5 mg	100.0 mg	9 %
sodium	116.5 mg	2000.0 mg	6 %
potassium	601.4 mg	3500.0 mg	17 %
calcium	172.9 mg	1000.0 mg	17 %
magnesium	52.1 mg	310.0 mg	17 %
phosphorus	314.0 mg	700.0 mg	45 %
iron	1.9 mg	15.0 mg	13 %
zinc	2.7 mg	7.0 mg	38 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/H-3

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tepung terigu	50 g	182.0 kcal	38.2 g
daun kelor mentah	15 g	9.0 kcal	1.7 g
telur ayam	55 g	85.3 kcal	0.6 g
udang segar	40 g	31.6 kcal	0.0 g
kembang kool mentah	20 g	5.0 kcal	1.1 g
tomat masak	20 g	4.2 kcal	0.9 g
sayur bayam wortel	20 g	3.8 kcal	0.8 g
minyak kelapa sawit	5 g	43.1 kcal	0.0 g
bakso daging sapi	40 g	148.0 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 511.9 kcal (100 %), carbohydrate 43.3 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	511.9 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	29.6 g(24%)	48.0 g(12 %)	62 %
fat	23.9 g(42%)	77.0 g(< 30 %)	31 %
carbohydr.	43.3 g(35%)	351.0 g(> 55 %)	12 %
dietary fiber	2.6 g	30.0 g	9 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.7 g	10.0 g	17 %
cholesterol	337.2 mg	-	-
Vit. A	661.0 µg	800.0 µg	83 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	19 %
Vit. B2	0.5 mg	1.2 mg	40 %
Vit. B6	0.5 mg	1.2 mg	38 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	16.3 mg	100.0 mg	16 %
sodium	176.6 mg	2000.0 mg	9 %
potassium	486.8 mg	3500.0 mg	14 %
calcium	90.6 mg	1000.0 mg	9 %
magnesium	68.0 mg	310.0 mg	22 %
phosphorus	291.4 mg	700.0 mg	42 %
iron	3.6 mg	15.0 mg	24 %
zinc	3.2 mg	7.0 mg	46 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/H-4

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
daging ayam	50 g	142.5 kcal	0.0 g
tepung tapioka	10 g	38.1 kcal	9.1 g
sayur bayam wortel	15 g	2.9 kcal	0.6 g
tepung terigu	50 g	182.0 kcal	38.2 g
minyak kelapa sawit	5 g	43.1 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 408.5 kcal (80 %), carbohydrate 47.9 g (74 %)

kacang hijau	25 g	29.0 kcal	5.2 g
gula pasir	10 g	38.7 kcal	10.0 g
agar-agar	5 g	0.0 kcal	0.0 g
santan	50 g	35.5 kcal	1.5 g

Meal analysis: energy 103.2 kcal (20 %), carbohydrate 16.7 g (26 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	511.8 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	21.1 g(17%)	48.0 g(12 %)	44 %
fat	18.5 g(32%)	77.0 g(< 30 %)	24 %
carbohydr.	64.6 g(51%)	351.0 g(> 55 %)	18 %
dietary fiber	4.2 g	30.0 g	14 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	2.5 g	10.0 g	25 %
cholesterol	39.5 mg	-	-
Vit. A	387.8 µg	800.0 µg	48 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	16 %
Vit. B2	0.2 mg	1.2 mg	14 %
Vit. B6	0.2 mg	1.2 mg	16 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	0.9 mg	100.0 mg	1 %
sodium	46.8 mg	2000.0 mg	2 %
potassium	274.9 mg	3500.0 mg	8 %
calcium	27.6 mg	1000.0 mg	3 %
magnesium	40.8 mg	310.0 mg	13 %
phosphorus	199.5 mg	700.0 mg	29 %
iron	2.4 mg	15.0 mg	16 %
zinc	1.7 mg	7.0 mg	25 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI-5

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tahu	80 g	60.8 kcal	1.5 g
sayur bayam wortel	10 g	1.9 kcal	0.4 g
telur ayam	60 g	93.0 kcal	0.7 g
tepung terigu	20 g	72.8 kcal	15.3 g
tepung maizena	10 g	38.1 kcal	9.1 g
minyak kelapa sawit	10 g	86.2 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 352.8 kcal (68 %), carbohydrate 27.0 g (54 %)

susu segar	160 g	105.6 kcal	7.7 g
gula pasir	15 g	58.0 kcal	15.0 g

Meal analysis: energy 163.7 kcal (32 %), carbohydrate 22.7 g (46 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	516.4 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	21.4 g(17%)	48.0 g(12 %)	44 %
fat	26.7 g(45%)	77.0 g(< 30 %)	35 %
carbohydr.	49.6 g(38%)	351.0 g(> 55 %)	14 %
dietary fiber	1.7 g	30.0 g	6 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	3.4 g	10.0 g	34 %
cholesterol	276.8 mg	-	-
Vit. A	780.5 µg	800.0 µg	98 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	19 %
Vit. B2	0.6 mg	1.2 mg	53 %
Vit. B6	0.2 mg	1.2 mg	19 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	1.9 mg	100.0 mg	2 %
sodium	172.9 mg	2000.0 mg	9 %
potassium	435.0 mg	3500.0 mg	12 %
calcium	305.6 mg	1000.0 mg	31 %
magnesium	112.9 mg	310.0 mg	36 %
phosphorus	354.0 mg	700.0 mg	51 %
iron	5.6 mg	15.0 mg	37 %
zinc	2.1 mg	7.0 mg	30 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI 6

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tahu	50 g	38.0 kcal	0.9 g
kentang	60 g	55.8 kcal	13.0 g
kembang kool mentah	30 g	7.5 kcal	1.6 g
telur ayam	65 g	100.8 kcal	0.7 g
tepung terigu	20 g	72.8 kcal	15.3 g
tepung maizena	10 g	38.1 kcal	9.1 g
ikan tengiri	50 g	56.0 kcal	0.0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43.1 kcal	0.0 g

Meal analysis: energy 412.0 kcal (80 %), carbohydrate 40.6 g (85 %)

kacang tanah tanpa kulit	15 g	85.0 kcal	2.4 g
gula aren	5 g	18.5 kcal	4.7 g

Meal analysis: energy 103.5 kcal (20 %), carbohydrate 7.1 g (15 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	515.5 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	30.6 g(24%)	48.0 g(12 %)	64 %
fat	23.2 g(39%)	77.0 g(< 30 %)	30 %
carbohydr.	47.8 g(37%)	351.0 g(> 55 %)	14 %
dietary fiber	4.1 g	30.0 g	14 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	5.1 g	10.0 g	51 %
cholesterol	292.1 mg	-	-
Vit. A	398.9 µg	800.0 µg	50 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.3 mg	1.0 mg	26 %
Vit. B2	0.4 mg	1.2 mg	37 %
Vit. B6	0.5 mg	1.2 mg	43 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	17.4 mg	100.0 mg	17 %
sodium	125.9 mg	2000.0 mg	6 %
potassium	825.5 mg	3500.0 mg	24 %
calcium	162.3 mg	1000.0 mg	16 %

magnesium	151.5 mg	310.0 mg	49 %
phosphorus	396.4 mg	700.0 mg	57 %
iron	5.4 mg	15.0 mg	36 %
zinc	2.2 mg	7.0 mg	32 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI-7

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
nasi putih	150 g	195.0 kcal	42.9 g
daging sapi rebus	40 g	179.6 kcal	8.9 g
telur ayam	55 g	85.3 kcal	0.6 g
kacang panjang mentah	25 g	8.8 kcal	2.0 g
sayur bayam wortel	15 g	2.9 kcal	0.6 g
kelapa parutan	5 g	8.9 kcal	0.4 g
jeruk manis	80 g	37.6 kcal	9.4 g

Meal analysis: energy 517.9 kcal (100 %), carbohydrate 64.8 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	517.9 kcal	1900.0 kcal	27 %
water	0.0 g	2700.0 g	0 %
protein	21.5 g(17%)	48.0 g(12 %)	45 %
fat	19.1 g(32%)	77.0 g(< 30 %)	25 %
carbohydr.	64.8 g(51%)	351.0 g(> 55 %)	18 %
dietary fiber	4.5 g	30.0 g	15 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.4 g	10.0 g	14 %
cholesterol	266.4 mg	-	-
Vit. A	248.6 µg	800.0 µg	31 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	21 %
Vit. B2	0.5 mg	1.2 mg	39 %
Vit. B6	0.6 mg	1.2 mg	47 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	49.0 mg	100.0 mg	49 %
sodium	94.3 mg	2000.0 mg	5 %
potassium	641.3 mg	3500.0 mg	18 %
calcium	85.4 mg	1000.0 mg	9 %
magnesium	62.5 mg	310.0 mg	20 %
phosphorus	256.3 mg	700.0 mg	37 %
iron	2.3 mg	15.0 mg	15 %
zinc	3.0 mg	7.0 mg	43 %

Lampiran 7 Informed Consent

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :

Tempat Tgl Lahir :

Alamat :

Telp/Hp :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul “ Tinjauan Pemberian makanan tambahan (PMT) dan Tablet tambah darah(TTD) pada ibu hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Di Puskesmas Pagar Merbau” yang akan dilakukan oleh :

Nama : RIZKIAH JULIANTI

Alamat : Jl. Jati Sari

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Prodi D-III

No Hp : 082163134920

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam,..... 2024

Responden

Lampiran 8 Data Identitas Sampel

DATA IDENTITAS SAMPEL

Tanggal wawancara :

No. Sampel :

IDENTITAS SAMPEL		
1.	Nama	
2.	Tempat dan Tanggal Lahir	
3.	Umur	
4.	Usia Kehamilan	
5.	Alamat	

Lampiran 9 kuesioner

KUESIONER PENELITIAN

KONSUMSI DAN KEPATUHAN TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA IBU HAMIL

Identitas Responden

Nama :

Usia : tahun

Tanggal Pengisian :

Petunjuk Pengisian

- Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti
- Pilih satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Anda dengan memberi tanda (X) pada pilihan jawaban
- Semua informasi yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya

Pertanyaan

1. Apakah anda mengonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan ini
 - a. ya
 - b. tidak
2. Berapa kali dalam seminggu anda mengonsumsi tablet tambah darah?
 - a. setiap hari
 - b. 4-6 kali dalam seminggu
 - c. 1-3 kali dalam seminggu
 - d. tidak pernah
3. Siapa yang memberikan informasi kepada anda tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah?
 - a. Bidan/perawat
 - b. Dokter
 - c. Keluarga
 - d. Media 58ocial/Internet
4. Apakah anda mengalami efek samping setelah mengonsumsi tablet tambah darah? (misalnya mual, pusing,sembelit)
 - a. ya
 - b. tidak
2. Apa alasan anda jika tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah?
 - a. lupa
 - b. mengalami efek samping
 - c. tidak mendapat tablet tambah darah
 - d. lainnya_____

Lampiran 10 Formulir Food Recall

FORMULIR KONSUMSI INDIVIDU

Nama :

Tgl lahir/Umur :

Berat Badan/Tinggi Badan :

Hari/Tgl Wawancara :

Wawancara Hari Ke :

Jumlah Konsumsi PMT/minggu :

Pewawancara :

Tanda Tangan
Subyek

[illegible]

Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : RIZKIAH JULIANTI

Tempat/Tanggal Lahir : Gunung Tua, 18 juli 2004

Jumlah Saudara : 3 Orang

Alamat Rumah : jln. Merdeka Lk V, Pasar Gunung Tua,
Kab.Padang Lawas Utara Prov. Sumatra Utara

No Hp/Telp : 082163134920

Riwayat Pendidikan : - SDN 101110 Gunung Tua
- MTs Pondok Pesantren Modren
AL-HASYIMIA darul ulum (PEMADU)
- MAN2 MODEL MEDAN

Hobby : Memasak & Menyanyi

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

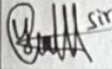
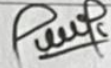
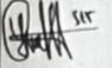
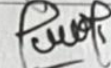
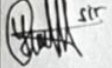
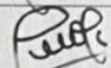
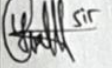
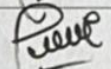
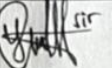
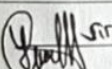
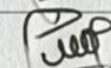
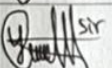
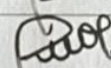
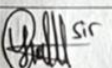
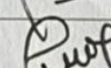
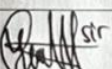
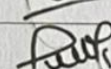
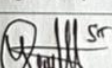
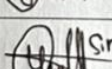
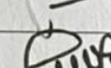
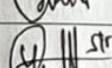
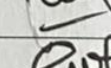
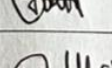
(Q.S Al Baqarah 2:286)

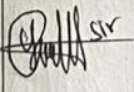
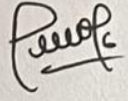
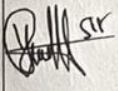
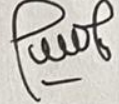
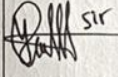
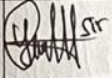
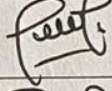
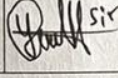
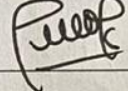
Lampiran 12 Bukti Bimbingan Penelitian

Lampiran 11 Bukti Bimbingan Proposal Penelitian Bukti Bimbimngan Proposal KTI

Nama : Rizkiah Julianti
Nim : P01031122132
Judul : Tinjauan Pemberian makanan tambahan (PMT) dan tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Di Puskesmas Pagar Merbau
Dosen Pembimbing : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

no	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T. tangan mahasiswa	T. tangan pembimbing
1	Selasa, 15 Oktober 2024	Penyerahan surat pembimbing sebagai dosen pembimbing		
2	Jumat, 18 Oktober 2024	Membahas topik jurnal		
3	Senin, 21 Oktober 2024	Membahas topik jurnal		
4	Jumat, 25 Oktober 2024	Revisi Judul		
5	Senin, 04 November 2024	Mengajukan BAB I		
6	Sabtu, 09 November 2024	Revisi BAB I		
7	Minggu, 10 November 2024	Revisi BAB I dan II		
8	Sabtu, 16 November 2024	Revisi BAB I dan II		

9	Rabu, 11 Desember 2024	Revisi BAB II	 sir	
10	Jumat, 13 Desember 2024	Revisi BAB II dan III	 sir	
11	Senin, 16 Desember 2024	Revisi BAB III	 sir	
12	Kamis, 19 Desember 2025	Revisi BAB	 sir	
13	Senin, 23 Desember 2024	Ujian Proposal	 sir	
13	Jumat, 27 Desember 2024	Perbaikan Proposal	 sir	
14	Selasa, 06 Mei 2025	Perbaikan Proposal	 sir	
15	Selasa, 13 Mei 2025	ACC Proposal	 sir	
16	Rabu, 14 Mei 2025	Penelitian	 sir	
17	Rabu, 28 Mei 2025	Mengolah Data	 sir	
18	Jumat, 13 juni 2025	Revisi BAB IV&V	 sir	
19	Senin, 16 juni 2025	ACC KTI	 sir	
20	Jumat, 23 juli 2025	Mendiskusikan perbaikan KTI dari penguji	 sir	
21	Rabu, 13 Agustus 2025	Mendiskusikan perbaikan KTI dari penguji	 sir	

22	Kamis, 14 Agustus 2025	Mendiskusikan perbaikan KTI dari penguji	 sir	
23	Jumat, 15 agustus	Mendiskusikan perbaikan KTI dari penguji	 sir	
24	Selasa, 30 September 2025	Mendiskusikan perbaikan KTI dari penguji	 sir	
25	Senin, 06 Oktober 2025	ACC Abstrak	 sir	
26	Jumat, Oktober 2025	Cek Turnitin bersama dosen pembimbing	 sir	

Lampiran 13 Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 13 Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah

PERNYATAAN

Saya bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rizkiah Julianti

Nim : P01031122132

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di KTI saya adalah benar saya ambil dan bila tidak, saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan



Rizkiah Julianti

Lampiran 14 Ethical Exemption



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
& Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2253/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : RIZKIAH JULIANTI
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"TINJAUAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) DAN TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA IBU
HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) DI UPT PUSKESMAS PAGAR MERBAU"**

**"REVIEW OF ADDITIONAL FOOD AND BLOOD SUPPLEMENT TABLETS IN PREGNANT WOMEN WITH CHRONIC
ENERGY DEFICIENCY AT THE COMMUNITY HEALTH CENTER PAGAR MERBAU"**

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

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

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 06 Oktober 2025 sampai dengan tanggal 06 Oktober 2026.

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



October 06, 2025
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

7 STANDAR
NOMOR PROTOKOL : 015923127111112025071700126

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
1	Nilai Sosial / Klinis <i>Penelitian ini memenuhi standar Nilai Sosial/ Klinis, minimal terdapat satu diantara 7 (tujuh) nilai berikut ini :</i>	Ya
1.1	Terdapat Novelty (kebaruan). Dalam penelitian ini terdapat nilai kebaruan, yaitu terdapat minimal satu dari 3 sifat berikut :	Ya
	a. Potensi menghasilkan informasi yang valid sesuai dengan tujuan yang dinyatakan dalam protokol penelitian.	Ya
	b. Memiliki relevansi bermakna dengan masalah kesehatan	Ya
	c. Memiliki kontribusi terhadap suatu penciptaan/ kebermanfaatan dalam melakukan evaluasi intervensi kebijakan, atau sebagai bagian dari pelaksanaan kegiatan yang mempromosikan kesehatan individu atau masyarakat	Ya
1.2	Sebagai upaya mendesiminasikan hasil	Ya
1.3	Relevansinya bermanfaat dengan masalah kesehatan	Ya
1.4	Memberikan kontribusi promosi kesehatan	Ya
1.5	Menghasilkan alternatif cara mengatasi masalah	Ya
1.6	Menghasilkan data & informasi yang dapat dimanfaatkan untuk pengambilan keputusan klinis/sosial	Ya
1.7	Terdapat uraian tentang penelitian lanjutan yang dapat dilakukan dari hasil penelitian yang sekarang	Ya
2	Nilai Ilmiah <i>Penelitian ini memenuhi standar nilai ilmiah</i>	Ya
2.1.1	Disain penelitian mengikuti kaidah ilmiah, yang menjelaskan secara rinci meliputi :	Ya
	a. Desain penelitian; <i>Terdapat deskripsi detail tentang desain penelitian, untuk berbagai jenis penelitian.</i> 1) Bila berupa kuesioner, terdapat uraian mengenai tatacara kuesioner, kartu buku harian dan bahan lain yang relevan digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian 2) Bila penelitian klinis dan atau ujicoba klinis, deskripsi harus meliputi apakah kelompok intervensi ditentukan secara non-random, random, (termasuk bagaimana metodenya), dan apakah blinded (single/double) atau terbuka (open-label)	Ya
	b. Tempat dan waktu penelitian	Ya
	c. Jenis sampel, besar sampel, kriteria inklusi dan eksklusi; teknik sampling <i>Terdapat uraian tentang jumlah subjek yang dibutuhkan sesuai tujuan penelitian dan bagaimana penentuannya secara statistik (tergantung relevansi)</i>	Ya
	d. Variabel penelitian dan definisi operasional;	Ya
	e. Instrument penelitian/alat untuk mengambil data/bahan penelitian ;	Ya
	i. Rencana analisis data, jaminan kualitas pengumpulan, penyimpanan dan analisis data	Ya

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
3	Pemerataan Beban dan Manfaat <i>Pemerataan beban dan manfaat mengharuskan peserta/ subjek diambil dari kualifikasi populasi di wilayah geografis di mana hasilnya dapat diterapkan. Protokol suatu penelitian mencerminkan adanya perhatian atas minimal satu diantara butir-butir di bawah ini:</i>	Ya
3.2	Rekrutmen subjek dilakukan berdasarkan pertimbangan ilmiah, dan tidak berdasarkan status sosial ekonomi, atau karena mudahnya subjek dimanipulasi atau dipengaruhi untuk mempermudah proses maupun pencapaian tujuan penelitian. Bila pemilihan berdasarkan pada sosial ekonomi, harus atas dasar pertimbangan etik dan ilmiah - Terdapat rincian kriteria subjek dan alasan penentuan yang tidak masuk kriteria dari kelompok kelompok berdasarkan umur, sex, faktor sosial atau ekonomi, atau alasan alasan lainnya	Ya
4	Potensi Manfaat dan Resiko <i>Risiko kepada subjek seminimal mungkin dengan keseimbangan memadai/tepat dalam kaitannya dengan prospek potensial manfaat terhadap individu, nilai sosial dan ilmiah suatu penelitian.</i> • menyiratkan ketidaknyamanan, atau beban yang merugikan mulai dari yang amat kecil dan hampir pasti terjadi. • potensi subjek mengalami kerugian fisik, psikis, sosial, material • kerugian yang besar dan atau bermakna. • risiko kematian sangat tinggi, belum/tidak adanya perawatan yang efektif	Ya
4.1	Terdapat uraian potensi manfaat penelitian yang lebih besar bagi individu/subjek	Ya
5	Bujukan/ Eksploitasi/ Inducement (undue)	Ya
5.1	Terdapat penjelasan tentang insentif bagi subjek, dapat berupa material seperti uang, hadiah, layanan gratis jika diperlukan, atau lainnya, berupa non material: uraian mengenai kompensasi atau penggantian yang akan diberikan (dalam hal waktu, perjalanan, hari-hari yang hilang dari pekerjaan, dll)	Ya
6	Rahasia dan Privacy	Ya
6.4	Peneliti menjaga kerahasiaan temuan tersebut, jika terpaksa maka peneliti membukan rahasia setelah menjelaskan kepada subjek ttg keharusannya peneliti menjaga rahasia dan seberapa besar peneliti telah melakukan pelanggaran atas prinsip ini, dengan membuka rahasia tersebut	Ya
	a. Terdapat penjelasan bagaimana peneliti menjaga privacy dan kerahasiaan subjek sejak rekrutmen hingga penelitian selesai, bahkan jika terjadi pembatalan subjek karena subjek tidak memenuhi syarat sbg sampel	Ya
7	Informed Consent <i>Penelitian ini dilengkapi dengan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP/Informed Consent-IC), merujuk pada 35 butir IC secara lengkap, termasuk uraian seperti berikut ini</i>	Ya

Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian





