

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A. A. G., Wirata, I. N., & Arini, N. W. (2021). Pengaruh Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Pasien Diabetes Mellitus Dalam Pencegahan Kelainan Periodontal Di Puskesmas li Denpasar Utara Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Gigi (Dental Health Journal)*, 8(2), 53–65. <https://doi.org/10.33992/jkg.v8i2.1497>
- Aisyah, U. N. (2019). Pernikahan Dini Di Kecamatan Saptosari Kabupaten Gunungkidul Tahun 2017. In *Poltekkes Jogja*. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprints/1744>
- Alam, F. A. (2020). Pengaruh Tingkat Pendidikan Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Di Smp Negeri 3 Barru. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 1–11. <https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/bkmb/article/view/48>
- Anasari, T., & Suryandari, A. E. (2022). Hubungan Riwayat Hipertensi dan Jarak Kelahiran dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Bina Cipta Husada*, XVIII(1), 107–117. <http://jurnal.stikesbch.ac.id/index.php/jurnal/article/view/61>
- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Baiq Meisha Indah Melia Kinanti, Yunita Marlina SSiT., M.Keb, Suwanti SST., M. K. (2021). Pengaruh Penyuluhan menggunakan media leaflet tentang Stunting terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 4(1), 9–15. <http://jurnalmu.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/jurnalmu>
- Bappeda. (2021). Angka stunting di kota medan.
- Basuki, P. P., & Uminingsih, T. (2019). Kontribusi Karakteristik Ibu Terhadap kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-36 Bulan Di Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(02). <https://doi.org/10.47317/jkm.v12i02.191>
- Bujuri, D. A. (2018). Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 9(1), 37. [https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9\(1\).37-50](https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9(1).37-50)
- Cahyani, D., & Listyarini, A. D. (2019). Hubungan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Dengan Kejadian Stunting Di Desa Undaan Kidul Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Prosiding HEFA*, 36–43.

- Change, G., Cimino, M., York, N., Alifah, U., Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A., Chinatown, Y., Staff, C., & Change, G. (2021). Pengaruh Aplikasi Berbasis Android Ayo Dedis Untuk Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Terhadap Stunting Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangploso Kabupaten Malang. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(2), 6.
- Cholique, I., Nasrullah, D., & Mundakir, M. (2020). Pencegahan Stunting di Medokan Semampir Surabaya Melalui Modifikasi Makanan Pada Anak. *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 31–40. <https://doi.org/10.30651/hm.v1i1.4544>
- Cumayunaro, A. H. Y. D. Y. H. (2020). Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet Terhadap Perilaku Ibu dalam Melakukan Deteksi Dini Tumbuh Kembang (DDTK) pada Anak. *NERS: Jurnal Keperawatan*, 16(1), 18–26. <http://ners.fkep.unand.ac.id/index.php/ners/article/view/326>
- f, Fajriani, D. (2022). Hubungan Pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun.
- Fatmasari, D., Purba, A., & Salikun, S. (2019). Media Permainan Tebak Gambar Efektif Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Tindakan Menyikat Gigi Dibandingkan Media Booklet. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(1), 76. <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i1.4447>
- Fauzi Muhamad, Wahyudin, A. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Balita dengan status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas X Kabupaten Indramayu. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 2(1), 13. <http://ejurnal.stikesrespati-sm.ac.id/index.php/semnas/article/view/257>
- Fauziatin, N., Kartini, A., & Nugraheni, S. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Lembar Balik Tentang Pencegahan Stunting Pada Calon Pengantin. *VISI KES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 224–233. <http://publikasi.dinus.ac.id/index.php/visikes>
- Fifi Antyas Amalia, S.A. Nugraheni, A. K. (2018). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Calon Ibu Dalam Pencegahan Kurang Energi Kronik Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), 370–377.
- Fitria, F., & Sudiarti, T. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>

- Ginting suriani, CR Simamora Adelima, & Siregar Nova. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan dengan Media Audio Visual The Effect of Health Counseling with Audio Visual Media on Changes in Knowledge, Attitudes and Practices of Mothers in Preventing St. Journal of Healthcare Technology and Medicine, 8(1), 2615–109.
- Hutagaol, R. (2021). Skripsi Disusun Oleh: Rosmawati Hutagaol Nim. 19030018P.
- Indonesia, J. K., & Journal, T. I. (2020). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Balita. X(3).
- Intika, T. (2018). Pengembangan Media Booklet Science for Kids Sebagai Sumber Belajar Di Sekolah Dasar. JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar), 1(1), 10–17. <https://doi.org/10.26618/jrpd.v1i1.1234>
- Jurnal, J., Gigi, I., Mulut, D., Girian, D., Lingkungan, B., Kecamatan, V. I., & Bitung, K. (2018). Efektifitas Pelatihan Menggunakan Media Booklet Terhadap Peningkatan Sikap Dan Tindakan Ibu Tentang Deteksi Dini Karies Gigi Pada Siswa Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Teling Atas Kota Manado. 1(2), 51–59.
- Kemenkes RI. (2018). Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan RI, 301(5), 1163–1178.
- Komalasari, K., Supriati, E., Sanjaya, R., & Ifayanti, H. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita. Majalah Kesehatan Indonesia, 1(2), 51–56. <https://doi.org/10.47679/makein.202010>
- Kusfriyadi, M. K., Sugiyanto, S., & Dewi, F. U. (2019). Pengaruh Pendampingan Kader Terhadap Perilaku Gizi Ibu Dan Status Gizi Balita. MNJ (Mahakam Nursing Journal), 2(5), 187. <https://doi.org/10.35963/mnj.v2i5.146>
- Kusumaningati, W., Dainy, N. C., & Kushargina, R. (2018). Edukasi Cespleng (Cegah Stunting Itu Penting) Dan Skrining Stunting Di Posyandu Doktren 2 Kecamatan. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, September 2019, 2–6.
- Kuswanti, I., Azzahra, S. K., & Yogyakarta, S. (2022). Ilmu Ko Prawirohardjo. Jurnal Kebidanan Indonesia, 13(1), 15–22.
- Listyarini, A. D., & Fatmawati, Y. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Tentang Perilaku Pencegahan Balita Stunting Di Wilayah Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, 11(1), 100. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i1.743>

- Lolan, Y. P., & Sutriyawan, A. (2021). Pengetahuan Gizi Dan Sikap Orang Tua Tentang Pola Asuh Makanan Bergizi Dengan Kejadian Stunting. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 116–124. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9i2.1815>
- Maru, F. Y. (2018). Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Penjamah Makanan dalam Penerapan Hygiene dan Sanitasi Makanan di Instalasi Gizi RS Jiwa Prof. HB Saanin Padang Tahun 2018. Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Jurusan Gizi, 86. <https://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id/repository/TA.pdf>
- Maywita, E., Care, N. P.-J. H., & 2019, undefined. (2019). Determinan Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Stunting Bayi 624 Bulan. *Scholar.Archive.Org*, 4(3), 173–177. <https://scholar.archive.org/work/ew2wporh45gbraswqdz6faliy/access/wayback/https://ojs.fdk.ac.id/index.php/humancare/article/download/557/pdf>
- Mutingah, Z., & Rokhaidah, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(2), 49. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i2.3172>
- Nurhayati, Asmawati, Ihromi, S., Marianah, & Saputrayadi, A. (2020). Penyuluhan Gizi Dan Pelatihan Pengolahan Produk Berbasis Jagung Sebagai Upaya Meminimalisir Stunting Di Desa Labuapi Kabupaten Lombok Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(5), 8–10.
- Nurlinda, N., Zarkasyi R, R., & Wahyuni Sari, R. (2021). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Animasi Pencegahan Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin: The Effect of Counseling with Animated Media of Stunting Prevention on the Knowledge and Attitudes of Prospective Bridals . *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 4(3 SE-Research Article), 372–376. <https://www.jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/1606>
- Panjaitan*, R. G. P., Titin, T., & Wahyuni, E. S. (2021). Kelayakan Booklet Inventarisasi Tumbuhan Berkhasiat Obat sebagai Media Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 9(1), 11–21. <https://doi.org/10.24815/jpsi.v9i1.17966>
- Patel. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar Setelah Diberikan Penyuluhan Gizi Dengan Media Roda Putar Dan Leaflet. i, 9–25.
- PSG. (2016). Prevalensi balita di indonesia.

- Purwanto, 2013. (1998). 10 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 10–34.
- Putri, P. H., Ainani, F. N. N., Yuliani, K., Sunaryo, M., & Puspitasari, P. (2021). Edukasi Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Prakonsepsi, Sikap dan Asupan Zat Gizi Makro Wanita Pranikah. *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*, 6(2), 88. <https://doi.org/10.17977/um044v6i22021p88-96>
- Rahmawati, A., Nurmawati, T., & Permata Sari, L. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Orang Tua tentang Stunting pada Balita. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 389–395. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i3.art.p389-395>
- Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting. *Semnas Lppm*, ISBN: 978-, 28–35.
- RI, M. K. (2019). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Anak Stunting Usia 7 - 11 Bulan Di Wilayah Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2019. 8(5), 55.
- Rosyana, T., Nurjana, A., & Kadarisma, G. (2020). Pelatihan Pembuatan Alat Peraga Papan Berpaku Bagi Guru Sekolah Dasar di Kecamatan Pangalengan. *Abdimas Siliwangi*, 3(1), 74–84.
- Salma, W. O., & Harleli, H. (2021). Pola Diet Anak, Seberapa Besar Hubungannya Dengan Stunting Di Indonesia? *Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan* P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 13(4), 19–28.
- Sangadji, A. M. (2021). Hubungan Perilaku Dan Pengetahuan Ibu Dalam Penerapan Phbs Dengan Kejadian Stuntingpada Balita Usia 3-5 Tahun Di. *Stikespanakkukang.Ac.Id*.
- Saputri, M., Chundrayetti, E., & Deswita, D. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Tentang Stimulasi Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1361. <https://doi.org/10.33087/jjubj.v21i3.1747>
- Sartika, Q. L., & Purnanti, K. D. (2021). Perbedaan Media Edukasi (Booklet Dan Video) Terhadap Ketrampilan Kader Dalam Deteksi Dini Stunting. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 36–42. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i1.6907>
- Setiawan, G. (2019). BAB II Tinjauan Pustaka Bab li Tinjauan Pustaka 2.1. 1–64. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.

- Setiyawan, Y. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Tentang Malaria Di Desa Nebe Kecamatan Talibura Kabupaten Sikka Oleh. 1–14.
- Sewa, R., Tumurang, M., & Boky, H. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Pencegahan Stunting Oleh Kader Posyandu Diwilayah Kerja Puskesmas Bailang Kota Manado. *Jurnal Kesmas*, 8(4), 80–88. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/23968/23615>
- Silalahi, V., Hakimi, M., & Lismidiati, W. (2018). Efektivitas Audiovisual dan Booklet sebagai Media Edukasi untuk Meningkatkan Perilaku Skrining IVA. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 304. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4494>
- SSGI. (2021). Angka stunting di kota medan.
- Suriany Simamora, R., & Kresnawati, P. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 11(1), 34–45. <https://doi.org/10.52643/jbik.v11i1.1345>
- Triwidiyantari, D. (2019). Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Sesudah Mendapatkan Booklet Pendidikan Seksual Untuk Anak Usia Dini. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 34. <https://doi.org/10.24235/awlady.v5i2.5081>
- Utama, aditia edy. (2020). Pengaruh Metode CBD (Ceramah,Brainstorming, Demontrasi Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita. 1–14.
- Waliulu, S. H. (2018). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 9(4), 269–272.
- Wardana, A. K., & Astuti, I. W. (2019). Penyuluhan pencegahan stunting pada anak (stunting prevention expansion in children). *Jurnal Berdaya Mandiri*, 1(2), 170–176.
- Yanti;, N. D., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2020). Faktor Penyebab Stunting pada Anak: Tinjauan Literatur. *Real in Nursing Journal*, 3(1), 1–10.
- Yetmi, V. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Calon Pengantin Diwilayah Kerja Puskesmas Muara Panas. 1–2.

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Evelina Sidabutar

NIM : P01031219119

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

Yang membuat pernyataan



Evelina Sidabutar

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Evelina Sidabutar
Tempat/tgl lahir : Sigotom, 31 Januari 2001
Jumlah Anggota Keluarga : 7 Orang
Alamat Rumah : Huta Dolok, Sigotom Parratusan, Kecamatan
Pangaribuan, Tapanuli Utara
No Hp/Telp : 082250975488
Riwayat Pendidikan : 1. SD 174508 SIGOTOM
2. SMP N 3 PANGARIBUAN
3. SMA N 1 TARUTUNG
Hobby : Olahraga
Motto : Apapun yang kamu lakukan di dalam doa akan di
permudah Tuhan

Lampiran 1 Pernyataan Ketersediaan Menjadi Subjek Penelitian

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Tempat, Tanggal Lahir :

Alamat :

Dengan ini bersedia turut berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Balita *Stunting* Usia 12-59 Bulan Melalui Media *Booklet* di Kelurahan Belawan I yang akan dilakukan oleh :

Nama : Evelina Sidabutar

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Alamat : Jln. Pendidikan No 36a Jati Sari

No HP : 082250975488

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

Lubuk Pakam,

Peneliti

Responden

(Evelina Sidabutar)

()

Lampiran 2 Kuesioner Penelitian

PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU BALITA *STUNTING* USIA 12 – 59 BULAN MELALUI MEDIA *BOOKLET* DI KELURAHAN BELAWAN I

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Umur :
3. Alamat :
4. Pekerjaan :
5. Pendidikan terakhir :
6. Jumlah anggota keluarga :

B. PETUNJUK PENGISIAN

- a. Jawablah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu huruf a,b,c dan d sesuai dengan yang anda ketahui.
- b. Bila ada kesalahan dalam menjawab, cukup berikan tanda (=) pada huruf yang telah disilang, kemudian berilah tanda silang pada jawaban yang dianggap benar.

C. KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG GIZI SEIMBANG

Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban a,b,c dan d dibawah ini.

1. Menurut ibu manakah pengertian gizi seimbang yang tepat dibawah ini ?
 - A. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh

- B. Susunan makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai jenis makanan
 - C. Susunan makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai jenis makanan yang mengandung zat gizi tinggi protein
 - D. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sangat banyak
2. Manakah aneka ragam makanan berdasarkan kelompok pangan/bahan makanan dibawah ini
- A. Makanan pokok
 - B. Lauk pauk
 - C. Sayur dan buah-buahan
 - D. Makanan pokok, lauk pauk , sayur dan buah-buahan
3. Beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu dan sukun adalah contoh jenis pangan kelompok....
- A. Makanan pokok
 - B. Lauk pauk
 - C. Sayuran
 - D. Buah-buahan
4. Ikan, telur, unggas, daging, susu dan kacang-kacangan adalah contoh jenis pangan kelompok..
- A. Makanan pokok
 - B. Lauk pauk
 - C. Sayuran
 - D. Buah-buahan
5. Bayam, kangkung, wortel, terong, brokoli, selada adalah jenis pangan kelompok...
- A. Makanan pokok
 - B. Lauk pauk
 - C. Sayuran
 - D. Buah-buahan

6. Pepaya, mangga, pisang, jambu, stroberi, apel adalah jenis pangan kelompok...
 - A. Makanan pokok
 - B. Lauk pauk
 - C. Sayuran
 - D. Buah-buahan
7. Dibawah ini merupakan tujuan dari pedoman gizi seimbang, kecuali...
 - A. Mengoptimalkan proses pertumbuhan anak
 - B. Menjaga kesehatan tubuh anak
 - C. Menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan
 - D. Menjaga lingkungan anak
8. Salah satu pedoman gizi seimbang dibawah Ini yang benar adalah
 - A. Perbanyak makan sayur dan buah
 - B. Perbanyak makan nasi
 - C. Perbanyak makanan instant
 - D. Malas sarapan pagi
9. Pedoman gizi seimbang dibawah ini benar, kecuali...
 - A. Biasakan konsumsi aneka ragam makanan pokok
 - B. Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak
 - C. Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal
 - D. Perbanyak makan makanan yang manis
10. Tumpeng gizi seimbang terdiri dari berapa beberapa lapis panduan gizi seimbang yaitu
 - A. 3 lapis
 - B. 4 lapis
 - C. 5 lapis
 - D. 6 lapis
11. Tumpeng gizi seimbang lapis yang paling atas adalah

- A. Batasi gula, garam dan minyak
 - B. Banyak mengkonsumsi lauk pauk
 - C. Banyak mengkonsumsi sayur dan buah
 - D. Memantau berat badan
12. Makan makanan yang mengandung gula, garam dan lemak dianjurkan untuk dikurangi guna mengurangi beberapa penyakit tidak menular seperti
- A. Hipertensi
 - B. *Stunting*
 - C. Tuberkulosis
 - D. Kurus
13. Dalam proses metabolisme untuk pencegahan dehidrasi sebaiknya minum air putih sebanyak
- A. 8 gelas/hari
 - B. 7 gelas/hari
 - C. 6 gelas/hari
 - D. 5 gelas/hari.
14. Yang manakah contoh perilaku hidup bersih sehat yang benar
- A. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih
 - B. Tidak menutup makanan yang disajikan
 - C. Tidak menggunakan alas kaki jika keluar rumah
 - D. Tidak mencuci tangan ketika ingin makan
15. Perilaku hidup bersih yang benar dibawah ini adalah
- A. Mencuci tangan dengan air apa saja
 - B. Menggunakan alas kaki setiap keluar rumah
 - C. Tidak menutup makanan yang disajikan
 - D. Mengkonsumsi segala jenis makanan
16. Berat badan normal/ideal yaitu berat badan yang sesuai dengan
- A. Tinggi badannya

- B. Umurnya
 - C. Banyaknya makanan yang dikonsumsi
 - D. Aktivitas yang dilakukan
17. Isi piringku terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buah. Porsi makanan pokok dari isi piringku adalah sebanyak
- A. $\frac{1}{3}$ dari setengah piring
 - B. $\frac{1}{4}$ dari setengah piring
 - C. $\frac{1}{2}$ dari setengah piring
 - D. $\frac{1}{6}$ dari setengah piring
18. Porsi lauk dari isi piringku adalah sebanyak..
- A. $\frac{1}{3}$ dari setengah piring
 - B. $\frac{1}{4}$ dari setengah piring
 - C. $\frac{1}{2}$ dari setengah piring
 - D. $\frac{1}{6}$ dari setengah piring
19. Porsi sayuran dan buah dari isi piringku adalah sebanyak
- A. $\frac{1}{3}$ dari setengah piring
 - B. $\frac{1}{4}$ dari setengah piring
 - C. $\frac{1}{2}$ dari setengah piring
 - D. $\frac{1}{6}$ dari setengah piring
20. Indikasi bahan makanan yang sehat dibawah ini adalah
- A. Makanan mengandung formalin
 - B. Makanan mengandung boraks
 - C. Makanan mengandung pewarna illegal
 - D. Makanan tidak mengandung formalin, tidak mengandung boraks dan tidak mengandung pewarna illegal

D. KUESIONER SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG

Jawablah pernyataan pada kolom sesuai dengan keterangan dibawah ini, beri tanda (√) pada salah satu kotak jawaban yang tersedia

Keterangan :

SS:Sangat Setuju S :Setuju TS :Tidak Setuju STS:Sangat Tidak Setuju

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Untuk memenuhi gizi dalam tubuh harus mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh				
2	Agar kebutuhan gizi anak terpenuhi harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan				
3	Agar kesehatan tubuh anak selalu terjaga sebaiknya melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga secara teratur				
4	Selain mengkonsumsi makanan yang beragam, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal perlu diperhatikan untuk mencegah masalah gizi				
5	Untuk mengurangi resiko diabetes, stroke dan jantung harus mengurangi konsumsi makanan yang mengandung gula, garam dan lemak				
6	Untuk menjaga proses metabolisme dan pencegahan dehidrasi harus minum air putih dalam jumlah yang cukup (8 gelas/hari)				
7	Untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi sebagai sumber energi dalam tubuh sebaiknya melakukan aktivitas fisik				
8	Untuk mencegah terjadinya penyimpangan dari berat				

	badan normal sebaiknya melakukan pemantauan berat badan normal				
9	Agar terhindar dari penyakit infeksi sebaiknya menerapkan perilaku hidup bersih seperti mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum melakukan aktifitas				
10	Agar gizi seimbang terpenuhi sebaiknya mengkonsumsi makanan sesuai dengan isi piringku				

E. KUESIONER TINDAKAN TENTANG GIZI SEIMBANG

Jawablah pernyataan pada kolom sesuai dengan keterangan dibawah ini, beri tanda (√) pada salah satu kotak jawaban yang tersedia

Keterangan :

Y : Ya T : Tidak

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Y	T
1	Ibu selalu memperhatikan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi untuk mencukupi kebutuhan gizi anak		
2	Untuk mencukupi makanan anak terdiri dari makanan pokok, lauk, sayuran dan buah setiap harinya		
3	Ibu mengajak anak melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga yang berguna untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi sebagai sumber energi dalam tubuh		
4	Ibu selalu membiasakan anak mengkonsumsi lauk yang mengandung protein tinggi		
5	Ibu selalu membiasakan anak mengkonsumsi sayur dan buah		

6	Ibu membiasakan anak mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum dan setelah melakukan aktivitas		
7	Ibu selalu menutup makanan yang disajikan untuk menghindari binatang yang hinggap debu.		
8	Ibu selalu membiasakan anak menggunakan alas kaki agar terhindar dari penyakit infeksi ketika keluar rumah.		
9	Ibu selalu memperhatikan makanan yang mengandung pewarna illegal seperti rhodamin B dengan cirri makanan terasa pahit tidak aman dikonsumsi.		
10	Ibu selalu memperhatikan minuman/makanan kemasan atau kalengan yang mengalami kerusakan ketika belanja.		

Lampiran 3 Satuan Acara Penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik penyuluhan	: Pencegahan Stunting melalui Gizi Seimbang
Pokok bahasan	: Gizi Seimbang
Tanggal	: Januari 2023
Waktu	: 45 Menit
Tempat pertemuan	: Kelurahan Belawan I
Sasaran	: Ibu balita usia 12-59 Bulan

1. Tujuan Penyuluhan

a. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan peserta dapat mengetahui tentang makanan tambahan yang harus diberikan pada balita yang bermanfaat untuk pencegahan stunting.

b. Tujuan Khusus

Setelah mendapat penyuluhan dapat :

- 1) Menjelaskan yang dimaksud dengan gizi seimbang pada ibu balita
- 2) Ibu dapat menyusun menu yang sesuai dengan makanan tambahan pada balita untuk mencegah stunting
- 3) Agar gizi pada balita dapat terpenuhi

2. Materi Penyuluhan

- 1) Pengertian gizi seimbang
- 2) Pedoman gizi seimbang
- 3) Tumpeng gizi seimbang
- 4) Isi piringku
- 5) Cara mencegah stunting pada balita

3. Metode Penyuluhan

- 1) Ceramah
- 2) *Booklet*
- 3) Tanya Jawab

4. Kegiatan Penyuluhan

No	Acara	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Evaluasi
1.	Pembukaan	5 menit	• Mengucapkan salam dan terima kasih atas kesediaan ibu. • Memperkenalkan diri dan apresiasi pada ibu.	Menjawab salam, mendengarkan dengan seksama
2.	Inti	20 menit	• Menyampaikan materi gizi seimbang balita.	Mendengarkan dan Memperhatikan
3.	Diskusi	15 menit	• Meminta peserta untuk mengajukan pertanyaan jika belum mengerti tentang penjelasan yang diberikan.	Peserta mengajukan pertanyaan
4.	Penutup	5 menit	• Memberikan kesimpulan hasil penyuluhan yang telah dilakukan • Memberi saran-saran dan motivasi pada ibu • Memberi salam dan meminta maaf bila ada kesalahan • Mengucapkan terima kasih atas perhatian dan mengucapkan salam.	Peserta menjawab

Lampiran 4 Booklet

BOOKLET

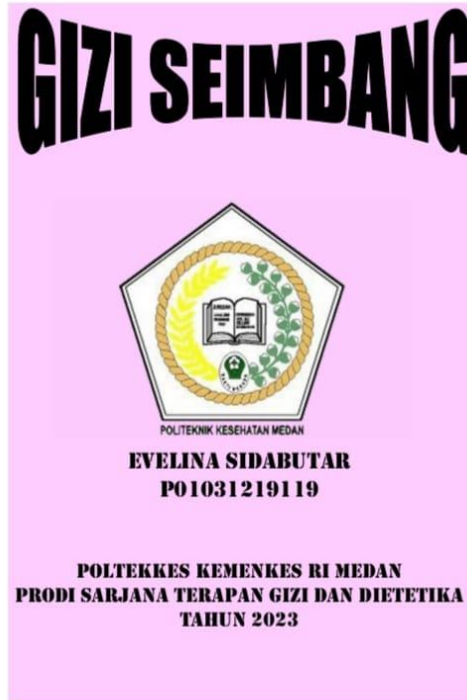


TABLE OF CONTENTS		01 PENGERTIAN GIZI SEIMBANG
		02 PEDOMAN GIZI SEIMBANG
		03 TUMPENG GIZI SEIMBANG
		04 PRINSIP GIZI SEIMBANG
		05 "ISI PIRINGKU"
		06 INDIKASI BAHAN PANGAN TIDAK SEHAT DAN AMAN

1

PENGERTIAN GIZI SEIMBANG

Gizi Seimbang



Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.

Pangan
Merupakan segala sesuatu yang bersumber dari alam (hewan & tumbuhan baik diolah maupun tidak diolah yang dapat dikonsumsi).

Keanekaragaman Pangan
Merupakan aneka ragam kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan dan air serta beranekaragam dalam setiap kelompok pangan.



2

CONTOH JENIS PANGAN DARI BERBAGAI KELOMPOK PANGAN	
Kelompok Pangan	Contoh Jenis Pangan
Makanan Pokok	Beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu, sukun
Lauk Pauk	Ikan, telur, unggas, daging, susu dan kacang-kacangan serta hasil olahannya (tahu dan tempe)
Sayuran	Bayam, kangkung, wortel, terong, brokoli, selada, dan lain-lain.
Buah-buahan	Pepaya, mangga, pisang, jambu, stroberi, apel dan lain-lain.

3

TUJUAN

1. Mengoptimalkan proses pertumbuhan pada anak-anak
2. Menjaga kesehatan tubuh sehingga dapat melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (bagi semua kelompok umur dan fisiologis).
3. Menyiapkan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan yang tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan.



PEDOMAN GIZI SEIMBANG



Biasakan konsumsi aneka ragam makanan pokok



Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak



Lakukan aktifitas yang cukup dan pertahankan berat badan ideal



Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein



Cuci tangan pakai sabun dengan air yang

5



Biasakan sarapan pagi



Biasakan minum air yang cukup dan aman



Perbanyak makan sayur dan buah



Biasakan membaca label pada kemasan pangan



Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan

6

TUMPENG GIZI SEIMBANG



Tumpeng Gizi Seimbang adalah 4 lapis panduan Gizi Seimbang yang didasarkan pada 4 pilar Gizi Seimbang, yaitu konsumsi keanekaragaman pangan, kebersihan diri, aktivitas fisik dan menjaga berat badan. Semakin ke atas ukuran tumpeng, maka jenis pangan yang dikonsumsi pada lapis paling atas akan semakin sedikit atau perlu dibatasi. Pada setiap kelompok pangan juga dituliskan

7

7. Biasakan minum air yang cukup dan aman



Minum air putih dalam jumlah yang cukup (8 gelas/hari) juga penting dalam proses metabolisme dan dalam pencegahan dehidrasi.

8. Perbanyak makan sayur dan buah



Sayur dan buah adalah **sumber vitamin dan mineral terbaik**. Selain itu, sayur dan buah juga merupakan sumber utama serat yang sangat dibutuhkan oleh tubuh kita. Bukan hanya itu, kandungan vitamin dan mineral dalam sayur dan buah itu juga berperan **sebagai antioksidan yang bisa menangkal senyawa jahat dalam tubuh dan membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh** kita serta menghindarkan kita dari berbagai penyakit.

11

PRINSIP GIZI SEIMBANG



1. Biasakan konsumsi aneka ragam makanan pokok

Selain mengonsumsi **makanan yang beragam, proporsi makanan yang seimbang dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan dilakukan secara teratur** juga perlu diperhatikan.

2. Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak

Jumlah makanan yang mengandung **gula, garam dan lemak dianjurkan untuk dikurangi** guna mengurangi risiko beberapa penyakit tidak menular seperti hipertensi, obesitas dan diabetes mellitus.

8

3. Lakukan aktifitas yang cukup dan pertahankan berat badan ideal

Beraktivitas fisik secara rutin dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan sistem metabolisme. Selain itu, aktivitas fisik secara teratur juga **membantu melancarkan sirkulasi darah yang bisa menurunkan kadar stres tubuh kita** sehingga kita menjadi lebih segar dan ceria. Contoh aktivitas fisik ringan antara lain dengan membersihkan rumah dan jalan kaki.



4. Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein

Makanan tinggi protein berfungsi sebagai zat pembangun dalam tubuh. Makanan yang tinggi protein berfungsi **sebagai zat pembangun dalam tubuh**. Makanan tinggi protein dapat membantu pertumbuhan otot, tulang, gigi, kulit, dan mengganti sel tubuh yang mati.



9

5. Cuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir



Tangan merupakan anggota tubuh yang **sangat berpotensi terpapar kuman/bakteri karena digunakan dalam segala aktivitas**. Oleh sebab itu, penting untuk menjaga kebersihan tangan dengan rutin mencuci tangan pakai sabun selama 60 detik.

6. Biasakan sarapan pagi

Sarapan yang kaya karbohidrat merupakan sumber energi prima bagi otak yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental yang baik. Emosi pun biasanya menjadi lebih stabil.



1

9. Biasakan membaca label pada kemasan pangan



Saat membeli makanan pastikan membaca label yang tertera pada kemasan makanan. Beberapa informasi yang perlu diperhatikan pada label makanan adalah nama atau merek produk, informasi gizi, tanggal kadaluarsa, kandungan bahan, dan sertifikat halal.

10. Syukuri dan nikmati aneka

Apapun menu makanan yang dikonsumsi



jangan lupa berdoa sebelum makan dan mensyukuri apa yang tersaji.

Semoga makanan yang dikonsumsi dapat memberikan manfaat dan kebaikan bagi tubuh.

12

Aktivitas fisik adalah segala macam kegiatan tubuh (olahraga) yang berguna untuk **menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan** zat gizi sebagai sumber energy da-



lam tubuh.

Selain itu, aktivitas fisik juga dapat mempercepat sistem metabolisme di dalam tubuh.

13

PRINSIP GIZI SEIMBANG

Menerapkan **perilaku hidup bersih dapat menghindarkan seseorang dari terpaparnya infeksi.**

Perilaku hidup bersih diantaranya

1. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum melakukan aktivitas
2. Menutup makanan yang disajikan untuk menghindari binatang yang hinggap dan debu
3. Menutup mulut dan hidung bila bersin menggunakan kain/tissue agar tidak menyebarkan kuman penyakit
4. Menggunakan alas kaki agar terhindar dari penyakit infeksi.



10

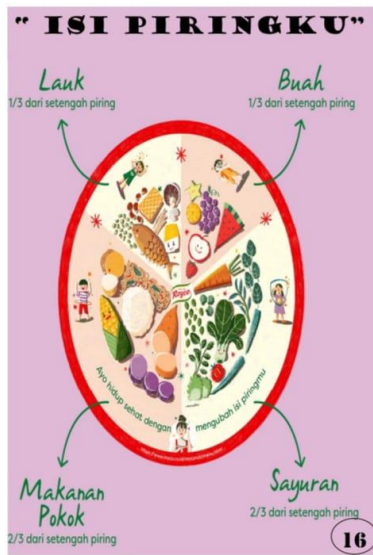
Berat badan normal/ideal, yaitu berat badan yang sesuai dengan tinggi badannya



Pemantauan BB normal berguna untuk mencegah terjadinya penyimpangan dari berat badan normal

15

5



INDIKASI BAHAN PANGAN TIDAK SEHAT & AMAN



1 Makanan berformalin (misalnya mie basah, tahu, ikan dan jenis seafood lainnya yang tidak bau dalam waktu beberapa hari di

suhu ruang)



2 Makanan mengandung pewarna illegal seperti rhodamin B dengan ciri-ciri makanan terasa pahit dan gatal ditenggorokan, warna membekas di kulit tangan

3

17

3 Makanan yang mengandung boraks (misalnya bakso dan lontong dengan tekstur kenyal dan meninggalkan rasa getir di lidah dan berbau tajam)

4 Kue-kue basah yang sudah tercemar bakteri patogen dengan ciri berjamur atau memiliki bau yang tidak sedap

5 Minuman/Makanan kemasan atau kalengan yang mengalami kerusakan, seperti kemasan/kalengan yang bocor, karatan, bau asam, mengembang atau kaduarsa

18

TERIMA KASIH

evelinasidabutar_

082250975488

Evelina Sidabutar

evelinasidabutar3101@gmail.com

E-MAIL

15

Lampiran 5 Master Tabel Karakteristik Responden

Nama sampel	Nama Responden	Umur Responden	Pendidikan	Pekerjaan
AS	MS	20 Tahun	SMP	IRT
AN	NL	29 Tahun	SD	IRT
AG	RR	33 Tahun	SD	IRT
DU	MR	39 Tahun	SMK	IRT
AA	AY	31 Tahun	SMP	IRT
DS	HS	32 Tahun	SD	IRT
MH	NA	31 Tahun	SMA	IRT
AR	FA	25 Tahun	SMP	IRT
RK	NH	42 Tahun	SMA	IRT
NP	MS	32 Tahun	SD	IRT
TP	CM	41 Tahun	SD	IRT
AW	DS	25 Tahun	SMA	IRT
RD	FS	26 Tahun	SMK	IRT
NG	VR	33 Tahun	SD	IRT
CN	VR	36 Tahun	SMP	IRT
AH	AH	38 Tahun	SMA	IRT
KT	ES	32 Tahun	SMA	IRT
RG	RS	29 Tahun	SMK	IRT
PS	MN	32 Tahun	SMP	IRT
SA	HH	33 Tahun	SD	IRT
AT	KR	25 Tahun	SMP	IRT
NP	RD	35 Tahun	SD	IRT

Lampiran 6 Master Tabel Jumlah Skor Pengetahuan, Sikap dan Tindakan

No	Nama Responden	Sebelum Penyuluhan			Sesudah Penyuluhan		
		Skor Pengetahua	Skor Sikap	Skor Tindakan	Skor Pengetahuan	Skor Sikap	Skor Tindakan
1	AS	10	40	10	19	40	10
2	AN	5	32	10	20	40	10
3	AG	8	40	10	17	38	10
4	DU	11	35	10	20	40	10
5	AA	9	40	10	19	40	10
6	DS	7	40	9	14	40	10
7	MH	12	28	9	17	40	10
8	AR	14	37	10	18	40	10
9	RK	14	39	10	20	40	10
10	NP	10	38	9	18	40	10
11	TP	12	38	8	20	40	10
12	AW	11	39	9	19	40	10
13	RD	8	38	8	17	40	10
14	NG	12	38	9	20	40	10
15	CN	12	38	9	20	40	10
16	AH	8	38	9	18	40	10
17	KT	11	39	10	19	40	10
18	RG	13	38	9	20	40	10
19	PS	7	38	9	18	40	10
20	SA	4	36	8	17	40	10
21	AT	6	37	10	19	40	10
22	NP	5	36	9	19	40	10

Lampiran 7 Master Tabel Skor Pengetahuan

ID	Sebelum Penyuluhan																			Setelah Penyuluhan																										
	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20						
MS	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
NL	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
RR	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1				
MR	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
AY	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1			
HS	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1			
NA	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1			
FA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1		
NH	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
MS	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
CM	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
DS	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
FS	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1		
VR	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
VR	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
AH	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
ES	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
RS	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
MN	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
HH	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
KR	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	
RD	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	

Lampiran 8 Master Tabel Skor Sikap

ID	Sebelum Penyuluhan										Setelah Penyuluhan									
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10
MS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
NL	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
RR	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
MR	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
AY	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
HS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
NA	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
FA	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
NH	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
MS	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
CM	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
DS	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
FS	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
VR	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
VR	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
AH	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ES	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
RS	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
MN	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
HH	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
KR	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
RD	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

Lampiran 9 Master Tabel Skor Tindakan

ID	Sebelum Penyuluhan										Setelah Penyuluhan									
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10
MS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
NL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
RR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
MR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AY	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
HS	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
NA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
NH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
MS	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
CM	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
DS	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FS	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
VR	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
VR	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AH	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ES	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
RS	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
MN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
HH	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
KR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
RD	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Lampiran 10 Hasil Output

Output Usia Ibu Balita

kategori usia ibu menurut akg

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19-29	7	17.5	31.8	31.8
	30-49	15	37.5	68.2	100.0
	Total	22	55.0	100.0	
Missing	System	18	45.0		
Total		40	100.0		

Output Pekerjaan Ibu

pekerjaan ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	22	100.0	100.0	100.0

Output Pendidikan Ibu

pendidikan ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	8	20.0	36.4	36.4
	SMP	6	15.0	27.3	63.6
	SMA	8	20.0	36.4	100.0
	Total	22	55.0	100.0	
Missing	System	18	45.0		
Total		40	100.0		

Output Kuesioner Pengetahuan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test	22	4	14	9.23	3.100
Post Test	22	15	20	18.59	1.368
Valid N (listwise)	22				

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.133	22	.200 [*]	.945	22	.252
Post Test	.208	22	.014	.869	22	.008

a. Lilliefors Significance Correction

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

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	22 ^b	11.50	253.00
	Ties	0 ^c		
	Total	22		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^b

	Post Test - Pre Test
Z	-4.124 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Output Sikap

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test Sikap	22	28	40	37.36	2.804
Post Test Sikap	22	40	40	40.00	.000
Valid N (listwise)	22				

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test Sikap - Pre Test Sikap	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	22 ^b	11.50	253.00
	Ties	0 ^c		
	Total	22		

a. Post Test Sikap < Pre Test Sikap

b. Post Test Sikap > Pre Test Sikap

c. Post Test Sikap = Pre Test Sikap

Test Statistics^b

	Post Test Sikap - Pre Test Sikap
Z	-3.764 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Output Tindakan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test Tindakan	22	8	10	9.27	.703
Post Test Tindakan	22	10	10	10.00	.000
Valid N (listwise)	22				

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test Tindakan - Pre Test Tindakan	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	13 ^b	7.00	91.00
	Ties	9 ^c		
	Total	22		

a. Post Test Tindakan < Pre Test Tindakan

b. Post Test Tindakan > Pre Test Tindakan

c. Post Test Tindakan = Pre Test Tindakan

Test Statistics^b

	Post Test Tindakan - Pre Test Tindakan
Z	-3.358 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN

Jalan Rotan Komplek Petisah Telepon/Faksimile(061) 4520331
Web Site : dinkes.pemkomedan.go.id email : dinkes@pemkomedan.go.id
M E D A N

Medan, 25 Mei 2023

Nomor : 440/ 106-8 / V / 2023
Lamp : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Kepala UPT.Puskesmas Belawan
di
MEDAN

Sehubungan dengan Surat Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Nomor KM.03.01/00/02/03/0892/2023 Tanggal 23 Mei 2023 Perihal tentang Permohonan Izin Penelitian di Lingkungan Dinas Kesehatan Kota Medan, kepada:

No	NAMA	NIM	JUDUL
1.	Evelina Sidabutar	P01031219119	Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan , Sikap , Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Usia 12- 59 Bulan Melalui Media Booklet di Kelurahan Belawan
2.	Netti Rohmolda Berutu	P01031219089	Pengaruh Pemberian Biskuit Kacang Merah Dengan Penambahan Tepung Daun Pegagan Terhadap Berat Badan Balita Stunting Usia 12-59 Bulan Di Kelurahan Belawan

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa kami :

1. Dapat menyetujui kegiatan Permohonan Izin Penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan tersebut sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

A.n. KEPALA DINAS KESEHATAN

KOTA MEDAN

KABID SUMBER DAYA KESEHATAN,

DINAS
KESEHATAN

ROKUN RAMADANI Br.KARO,SKM, M.K.M

RENATA TK.1

NIP.19830706 201101 2 010

Lampiran 12 Surat Izin Penelitian Puskesmas



PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN

UPT. PUSKESMAS BELAWAN

Jalan Stasiun Nomor 1 Komplek PJKA Belawan-Medan

Fax: 061-6940596 | e-mail: pkmbelawan@gmail.com

No : 445/____/PB/VI/2023

Medan, 15 Juni 2023

Lampiran : -

Kepada Yth,

Perihal : Penyelesaian Penelitian

Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan

Di -

Tempat

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor : 440/186.08/VI/2023

Tanggal 25 Mei 2023, Perihal Permohonan Izin Penelitian.

2. Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa dengan Nama :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Evelina Sidabutar	P01031219119	Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Usia 12-59 Bulan Melalui Media Booklet Di Kelurahan Belawan
2	Netti Rohmolda Berutu	P01031219089	Pengaruh Pemberian Biskuit Kacang Merah Dengan Penambahan Tepung Daun Pegagan Terhadap Berat Badan Balita Stunting Usia 12-59 Bulan Di Kelurahan Belawan

3. Telah selesai melakukan Kegiatan Penelitian Di Puskesmas Belawan
4. Demikianlah surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Kepala UPT. Puskesmas Belawan

dr. Mohd. Mukhlis, M.Kes
NIP. 19771206 201001 1 008

Lampiran 13 Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH KOTA MEDAN KECAMATAN MEDAN BELAWAN KELURAHAN BELAWAN I

ALAMAT KANTOR : JL. DELI NO. 1 BELAWAN - 20411

Nomor : 470 / 63
Lampiran :
Perihal : IZIN PENELITIAN

Medan, 23 Januari 2023
Kepada Yth,
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Medan
Di
Medan

1. Berdasarkan surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan perihal Izin Penelitian Nomor KM.03.01/00/02/03/0297/2023.
2. Maka dengan ini kami menerima mahasiswa dengan data diri sebagai berikut.

No	Nama	NIM
1	Evelina Sidabutar	P01031219119
2	Netti Rohmolda	P01031219089

3. Demikian surat ini saya sampaikan, atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

A.N LURAH BELAWAN - I
KECAMATAN MEDAN BELAWAN


KAMARIA HASIBUAN, SH
NIP. 49750317 200701 2 004

Lampiran 14 Surat Kode Etik Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136

Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644

email : kep.k.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01.1477/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

"Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Usia 12-59 Bulan Melalui Media Booklet Di Kelurahan Belawan I"

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Evelina Sidabutar**
Dari Institusi : **Prodi D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Februari 2023
Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

Dr. (Indah) Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001

Lampiran 15 Bukti Kuesioner Penelitian

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : MARIANA.
Tempat, Tanggal Lahir : 1-3-1996. JAKARTA.
Alamat : ASAHAN UNIKAMPUNG PT-4

Dengan ini bersedia turut berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Balita *Stunting* Usia 12-59 Bulan Melalui Media *Booklet* di Kelurahan Belawan I yang akan dilakukan oleh :

Nama : Evelina Sidabutar
Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Alamat : Jln. Pendidikan No 36a Jati Sari
No HP : 082250975488

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

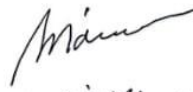
Lubuk Pakam,

Peneliti



(Evelina Sidabutar)

Responden



(MARIANA.)

POST TEST

KUESIONER PENELITIAN

PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG TERHADAP
PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN IBU BALITA STUNTING
USIA 12 – 59 BULAN MELALUI MEDIA BOOKLET
DI KELURAHAN BELAWAN I

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Umur :
3. Alamat :
4. Pekerjaan :
5. Pendidikan terakhir :
6. Jumlah anggota keluarga :

MARIANA
39
ASAHANUNI KAMPUNG PT 24
IBU RUMAH TANGGA
SMK
1 SATU

B. PETUNJUK PENGISIAN

- a. Jawablah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu huruf a,b,c dan d sesuai dengan yang anda ketahui.
- b. Bila ada kesalahan dalam menjawab, cukup berikan tanda (=) pada huruf yang telah disilang, kemudian berilah tanda silang pada jawaban yang dianggap benar.

C. KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG GIZI SEIMBANG

Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban a,b,c dan d dibawah ini.

1. Menurut ibu manakah pengertian gizi seimbang yang tepat dibawah ini
?

- ☒ A. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh
- B. Susunan makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai jenis makanan
- C. Susunan makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai jenis makanan yang mengandung zat gizi tinggi protein
- D. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sangat banyak
2. Manakah aneka ragam makanan berdasarkan kelompok pangan/bahan makanan dibawah ini
- A. Makanan pokok
- B. Lauk pauk
- C. Sayur dan buah-buahan
- ☒ D. Makanan pokok, lauk pauk, sayur dan buah-buahan
3. Beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu dan sukun adalah contoh jenis pangan kelompok....
- ☒ A. Makanan pokok
- B. Lauk pauk
- C. Sayuran
- D. Buah-buahan
4. Ikan, telur, unggas, daging, susu dan kacang-kacangan adalah contoh jenis pangan kelompok..
- A. Makanan pokok
- ☒ B. Lauk pauk
- C. Sayuran
- D. Buah-buahan
5. Bayam, kangkung, wortel, terong, brokoli, selada adalah jenis pangan kelompok...
- A. Makanan pokok
- B. Lauk pauk

- ☒ C. Sayuran
D. Buah-buahan
6. Pepaya, mangga, pisang, jambu, stroberi, apel adalah jenis pangan kelompok...
- A. Makanan pokok
B. Lauk pauk
C. Sayuran
☒ D. Buah-buahan
7. Dibawah ini merupakan tujuan dari pedoman gizi seimbang, kecuali...
- A. Mengoptimalkan proses pertumbuhan anak
B. Menjaga kesehatan tubuh anak
C. Menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan
☒ D. Menjaga lingkungan anak
8. Salah satu pedoman gizi seimbang dibawah ini yang benar adalah
- ☒ A. Perbanyak makan sayur dan buah
B. Perbanyak makan nasi
C. Perbanyak makanan instant
D. Malas sarapan pagi
9. Pedoman gizi seimbang dibawah ini benar, kecuali...
- A. Biasakan konsumsi aneka ragam makanan pokok
B. Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak
C. Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal
☒ D. Perbanyak makan makanan yang manis
10. Tumpeng gizi seimbang terdiri dari berapa beberapa lapis panduan gizi seimbang yaitu
- A. 3 lapis
☒ B. 4 lapis
C. 5 lapis

- D. 6 lapis
11. Tumpeng gizi seimbang lapis yang paling atas adalah
☒ A. Batasi gula, garam dan minyak
B. Banyak mengonsumsi lauk pauk
C. Banyak mengonsumsi sayur dan buah
D. Memantau berat badan
12. Makan makanan yang mengandung gula, garam dan lemak dianjurkan untuk dikurangi guna mengurangi beberapa penyakit tidak menular seperti
☒ A. Hipertensi
B. *Stunting*
C. Tuberkulosis
D. Kurus
13. Dalam proses metabolisme untuk pencegahan dehidrasi sebaiknya minum air putih sebanyak
☒ A. 8 gelas/hari
B. 7 gelas/hari
C. 6 gelas/hari
D. 5 gelas/hari.
14. Yang manakah contoh perilaku hidup bersih sehat yang benar
☒ A. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih
B. Tidak menutup makanan yang disajikan
C. Tidak menggunakan alas kaki jika keluar rumah
D. Tidak mencuci tangan ketika ingin makan
15. Perilaku hidup bersih yang benar dibawah ini adalah
A. Mencuci tangan dengan air apa saja
☒ B. Menggunakan alas kaki setiap keluar rumah
C. Tidak menutup makanan yang disajikan
D. Mengonsumsi segala jenis makanan

16. Berat badan normal/ideal yaitu berat badan yang sesuai dengan
- ☒ A. Tinggi badannya
 - B. Umurnya
 - C. Banyaknya makanan yang dikonsumsi
 - D. Aktivitas yang dilakukan
17. Isi piringku terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buah. Porsi makanan pokok dari isi piringku adalah sebanyak
- ☒ A. 2/3 dari setengah piring
 - B. 1/4 dari setengah piring
 - C. 1/2 dari setengah piring
 - D. 1/6 dari setengah piring
18. Porsi lauk dari isi piringku adalah sebanyak..
- ☒ A. 2/3 dari setengah piring
 - B. 1/4 dari setengah piring
 - C. 1/2 dari setengah piring
 - D. 1/6 dari setengah piring
19. Porsi sayuran dan buah dari isi piringku adalah sebanyak
- ☒ A. 2/3 dari setengah piring
 - B. 1/4 dari setengah piring
 - C. 1/2 dari setengah piring
 - D. 1/6 dari setengah piring
20. Indikasi bahan makanan yang sehat dibawah ini adalah
- A. Makanan mengandung formalin
 - B. Makanan mengandung boraks
 - C. Makanan mengandung pewarna illegal
 - ☒ D. Makanan tidak mengandung formalin, tidak mengandung boraks dan tidak mengandung pewarna illegal

D. KUESIONER SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG

Jawablah pernyataan pada kolom sesuai dengan keterangan dibawah ini, beri tanda (✓) pada salah satu kotak jawaban yang tersedia

Keterangan :

SS:Sangat Setuju S:Setuju TS :Tidak Setuju STS:Sangat Tidak Setuju

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Untuk memenuhi gizi dalam tubuh harus mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh	✓			
2	Agar kebutuhan gizi anak terpenuhi harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan	✓			
3	Agar kesehatan tubuh anak selalu terjaga sebaiknya melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga secara teratur	✓			
4	Selain mengkonsumsi makanan yang beragam, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal perlu diperhatikan untuk mencegah masalah gizi	✓			
5	Untuk mengurangi resiko diabetes, stroke dan jantung harus mengurangi konsumsi makanan yang mengandung gula, garam dan lemak	✓			
6	Untuk menjaga proses metabolisme dan pencegahan dehidrasi harus minum air putih dalam jumlah yang cukup (8 gelas/hari)	✓			
7	Untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi sebagai sumber energi dalam tubuh sebaiknya melakukan aktivitas fisik	✓			
8	Untuk mencegah terjadinya penyimpangan dari berat	✓			

	badan normal sebaiknya melakukan pemantauan berat badan normal				
9	Agar terhindar dari penyakit infeksi sebaiknya menerapkan perilaku hidup bersih seperti mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum melakukan aktifitas .	✓			
10	Agar gizi seimbang terpenuhi sebaiknya mengkonsumsi makanan sesuai denagn isi piringku	✓			

E. KUESIONER TINDAKAN TENTANG GIZI SEIMBANG

Jawablah pernyataan pada kolom sesuai dengan keterangan dibawah ini,beri tanda (✓) pada salah satu kotak jawaban yang tersedia

Keterangan :

Y : Ya T : Tidak

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Y	T
1	Ibu selalu memperhatikan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi untuk mencukupi kebutuhan gizi anak	✓	
2	Untuk mencukupi makanan anak terdiri dari makanan pokok, lauk, sayuran dan buah setiap harinya	✓	
3	Ibu mengajak anak melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga yang berguna untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi sebagai sumber energi dalam tubuh	✓	
4	Ibu selalu membiasakan anak mengkonsumsi lauk yang mengandung protein tinggi	✓	
5	Ibu selalu membiasakan anak mengkonsumsi sayur dan buah	✓	

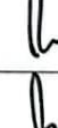
6	Ibu membiasakan anak mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum dan setelah melakukan aktivitas	✓	
7	Ibu selalu menutup makanan yang disajikan untuk menghindari binatang yang hinggap debu.	✓	
8	Ibu selalu membiasakan anak menggunakan alas kaki agar terhindar dari penyakit infeksi ketika keluar rumah.	✓	
9	Ibu selalu memperhatikan makanan yang mengandung pewarna ilegal seperti rhodamin B dengan ciri makanan terasa pahit tidak aman dikonsumsi.	✓	
10	Ibu selalu memperhatikan minuman/makanan kemasan atau kalengan yang mengalami kerusakan ketika belanja.	✓	

Lampiran 16 Bukti Bimbingan Skripsi

Lampiran 16 Bukti Bimbingan Skripsi

Bukti Bimbingan Skripsi

Nama : EVELINA SIDABUTAR
 NIM : P01031219119
 Judul : Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Ibu Balita Stunting Usia 12-59 Bulan Melalui Media Booklet di Kelurahan Belawan I

No	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T.Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1	12 April 2022	Memperkenalkan diri, Bertemu dosen pembimbing, Membahas Topik Skripsi		
2	23 April 2022	Membahas Topik dan Mendiskusikan jurnal yang digunakan		
3	23 Mei 2022	Membahas Judul Usulan Skripsi		
4	31 Mei 2022	Diskusi Penulisan Latar Belakang dan BAB I		
5	03 Juni 2022	Revisi BAB I		
6	11 Juni 2022	Revisi BAB I		
7	13 Juni 2022	Diskusi Penulisan BAB II		
8	30 Juni 2022	Revisi BAB II		

9	11 Juli 2022	Revisi BAB II		
10	12 Juli 2022	Diskusi Penulisan BAB III		
11	28 Juli 2022	Revisi BAB III		
12	15 Agustus 2022	Finishing Usulan Proposal		
13	25 Agustus 2022	Seminar Proposal		
14	05 Januari 2023	Revisi Proposal ke Pembimbing (ACC)		
15	06 Februari 2023	Revisi Proposal ke Penguji I (ACC)		
16	21 Februari 2023	Revisi Proposal ke Penguji II (ACC)		
17	29 Mei 2023	Revisi BAB IV dan V		
18	30 Mei 2023	Revisi BAB IV dan V		
19	09 Juni 2023	Revisi BAB IV dan V (ACC)		

20	14 Juni 2023	Seminar Hasil		
21	26 Juli 2023	Revisi Skripsi ke Pembimbing (ACC)		
22	31 Juli 2023	Revisi Skripsi ke Penguji I (ACC)		
23	10 Agustus 2023	Revisi Skripsi ke Penguji II (ACC)		

Lampiran 17 Dokumentasi

Pertemuan 1

Pre Test dan Penyuluhan I



Pertemuan 2

Penyuluhan II



Pertemuan 3

Post Test

