

DAFTAR PUSTAKA

- Darmawan Darwis and Fadjarajani Siti (2019) 'Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Pelestarian Lingkungan dengan Perilaku Wisatawan Dalam Menjaga Kebersihan Lingkungan', *Jurnal Geografi*, 4(1), pp. 37–49.
- Diba, N.F., Pudjirahayu, A. and Komalyna, I.N.T. (2022) 'Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap, Pola Makan, Aktifitas Fisik dan Berat Badan Remaja Overweight SMPN 1 Malang', *Nutriture Journal*, 1(1), pp. 18–39. Available at: <https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/Nutriture/article/view/1093>.
- Diri, U.N. and Marlini, M. (2019) 'Pembuatan Booklet sebagai Media Informasi Bibliocrime di Perpustakaan Universitas Negeri Padang', *Ilmu Informasi Perpustakaan dan Kearsipan*, 8(1), p. 431. Available at: <https://doi.org/10.24036/107357-0934>.
- 'Efektivitas Penggunaan Media Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Gizi Kurang di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta _ Pratiwi _ Jurnal Kesehatan.pdf'.
- Fernando, F., Pebrin, M. and Hayu, R. (2022) 'Edukasi Tentang Gizi Seimbang Pada Ibu Yang Memiliki Anak Balita Gizi Kurang', *Jurnal Abdimas Saintika*, pp. 61–65.
- Fitria, N. *Et Al.* (2021) 'Edukasi Gizi Seimbang Bagi Orang Tua Anak Usia Dini', 3, Pp. 271–278. Hamsir Saleh, Muh, Faisal, Rachmat Irawan Musa (2019) 'View Of Klasifikasi Status Gizi Balita Menggunakan Metode K-Nearest Neighbor.Pdf'.
- Idcha KR, Nikita WP and Ahmad David RA (2023) 'Pelatihan Pembuatan Menu Gizi Seimbang Pada Balita Di Kb/Ra Di Kecamatan Jenu Kabupaten Tuban', *Abdimasnu: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2), pp. 26–30. Available at: <https://doi.org/10.47710/abdimasnu.v3i2.218>.
- indah dewe, susi sastika sumi (2024) 'View of Pemberdayaan Kader Posyandu Balita melalui Program Pelatihan Deteksi Dini Pertumbuhan dan Perkembangan pada Balita di Desa Panaikang.pdf'.
- Leilani, A., Nurmalia, N. and Patekkai, M. (2015) 'Efektivitas Penggunaan Media Penyuluhan (Kasus pada Kelompok Ranca Kembang Desa Luhur Jaya Kecamatan Cipanas Kabupaten Lebak Provinsi Banten)', *Jurnal Penyuluhan Perikanan dan Kelautan*, 9(1), pp. 43–54. Available at: <https://doi.org/10.33378/jppik.v9i1.79>.
- Lestari, P. (no date) 'View of Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi Mts Darul Ulum.pdf', p. 12.
- Luluk Endang Nurokhmah, I.J.L. (2021) 'Prilaku Masyarakat Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Di Kelurahan Karang Mulia Distrik Samofa Kabupaten', 47(4), Pp. 124–134. Available At:

<https://doi.org/10.31857/S013116462104007x>.

- ‘Melsi R. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Status Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar. *Promot Prev.* 2022;5:23–31.
- Murti, F.C., Suryati, S. and Oktavianto, E. (2020) ‘Hubungan Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Di Desa Umbulrejo Kecamatan Ponjong Kabupaten Gunung Kidul’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), p. 52. Available at: <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i2.419>.
- Nurjannah, Zuraidah Nasution, I.M. (2022) ‘Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jeunieb Kabupaten Bireuen Tahun 2019 Factors Related to Events of Nutrition in Tons of Together in The Jeunieb Health Working Area , Bireuen District In 2019’, 8(1), pp. 233–241.
- Perdana, H. *et al.* (2023a) ‘Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Summersari Kecamatan Sekampung Tahun’, *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(1), Pp. 35–44.
- Perdana, H. *et al.* (2023b) ‘Jurnal gizi aisyah’, *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(1), pp. 35–44.
- Ramadhani, F., Hatta, H. and Abidi, A. (2021) ‘Volume 1-No. 1-Februari 2021 Determinan Status Gizi Balita Di Puskesmas Boilan Kabupaten Buol Determinant of Nutrition Status in Children at Boilan Public Health Service, Buol District’, *Jurnal.Unigo.Ac.Id*, 1(1), pp. 1–6.
- Rosyida, I.A. *et al.* (2024) ‘Pemantauan Status Gizi Balita Dan Pentingnya Pemberian Pmt Pada Balita Desa Durikedungjero, Ngimbang, Lamongan’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat : Bakti Kita*, 5(1), pp. 24–33. Available at: <https://doi.org/10.52166/baktikita.v5i1.5475>.
- Saraswati, A. *et al.* (2022) ‘Pemahaman Kader Tentang Penanganan Stunting’, *Sarwahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 19(1), pp. 209–219. Available at: <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/sarwahita/article/view/24740>.
- Sari, N.I. *et al.* (2021) ‘Pendahuluan Promosi kesehatan adalah upaya yang dilakukan terhadap masyarakat sehingga mereka mau dan mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri Promosi kesehatan dapat diartikan sebagai upaya memasarkan , mengenalkan atau menjual ke’, 10(5), pp. 46–53.
- Septiani, B.D.S., Nurmaningsih and Nisa, S.H. (2021) ‘Explanation of Balanced Nutrition To Mothers of Nutritional Children in Beleke Village , West Lombok Regency’, *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 2(2), pp. 126–134.
- Sikap, D.A.N., Untuk, I.B.U. and Stunting, P. (2023) ‘Pengaruh Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Untuk Pencegahan Stunting’, 3(2), pp. 75–80.

- Sinanto, sutrisno;rendi ariyanto (2022) 'View of Efektivitas Penggunaan Lembar Balik sebagai Media Promosi Kesehatan _ Tinjauan Sistematis.pdf'. vol 13 mei.
- tasya astrillian, wachidah yuniartika (no date) 'View of Penyuluhan kesehatan masyarakat_ Penatalaksanaan perawatan penderita asam urat menggunakan media booklet.pdf'. 2023.
- Wina Pusfita Sari and Sulistyoningsih, H. (2023) 'Efektivitas Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Tentang Pemberian Makanan Bayi Dan Anak Di Posyandu Teratai Mekar Desa Selacai Kecamatan Cipaku Kabupaten Ciamis Tahun 2023', *Jurnal Kesehatan Bidkemas*, 14(2), pp. 1–5. Available at: <https://doi.org/10.48186/8axk5j54>.

Lampiran 1 Master Tabel

Nama sampel	JK	Umur (Bln)	BB (Kg)	TB (cm)	Z- Score (BB/U)	Kategori status gizi BB/U	Nama Ibu	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Pendapatan	Kuesioner Pengetahuan (Pre-Test)		Kuesioner Pengetahuan (Post- Test)		Kuesioner Sikap (Pre-Test)		Kuesioner Sikap (Post-Test)		Kuesioner Tindakan (Pre-Test)		Kuesioner Tindakan (Post-Test)	
												%	Kategori	%	Kategori	%	Kategori	%	Kategori	%	Kategori	%	kategori
MAR	Lk	39	12.5	96.6	-1.34	Kurang	FT	25	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	70	baik	80	baik	90	baik	90	baik
RHT	Lk	25	12.5	96.6	-1.34	Kurang	FP	33	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	50	cukup	70	baik	70	baik	100	baik
LGS	Lk	24	8.9	74	-2.58	Kurang	YL	34	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	100	baik	100	baik	70	baik	70	baik
FLS	Pr	25	8.5	78.7	-2.57	Kurang	SE	27	Sarjana	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	65	sedang	100	baik	100	baik	100	baik	100	baik
EOS	Pr	32	10.25	79.85	-2.13	Kurang	DT	39	SMA	Petani	<Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	100	baik	100	baik	100	baik	100	baik
T	Lk	29	11.2	80.3	-1.39	Kurang	N	30	SMA	IRT	>Rp.500.000	60	sedang	70	sedang	100	baik	100	baik	90	baik		baik
HPS	Lk	24	9.3	81.2	-2.15	Kurang	LN	33	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	100	baik	100	baik	90	baik	100	baik
AN	Pr	32	11	84.5	-1.39	Kurang	SP	37	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	70	baik	80	baik	100	baik	100	baik
NS	Pr	54	14.1	102.7	-1.4	Kurang	SU	34	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	65	sedang	100	baik	100	baik	100	baik	100	baik
GMN	Lk	55	12.8	97.5	-2.5	Kurang	RP	29	SMA	IRT	>Rp.500.000	65	sedang	70	sedang	100	baik	100	baik	100	baik	100	baik
WH	Pr	42	9.4	88.9	-3.69	Sangat Kurang	JS	39	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	90	baik	90	baik	80	baik	100	baik
KMS	Lk	26	9.4	77.6	-2.36	Kurang	IP	26	SMA	IRT	>Rp.500.000	55	kurang	70	sedang	70	baik	100	baik	80	baik	100	baik
GAT	Lk	44	12	92.2	-2.21	Kurang	RS	33	SMA	IRT	>Rp.500.000	60	sedang	65	sedang	100	baik	100	baik	70	baik	90	baik
NSS	Pr	54	11.6	89.8	-2.98	Kurang	PS	38	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	50	cukup	70	baik	60	baik	80	baik
AT	Lk	25	10.2	73.3	-1.68	Kurang	NV	34	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	90	baik	90	baik	100	baik	100	baik
RAS	Pr	34	10.3	85.1	-2.21	Kurang	NR	36	SMA	IRT	>Rp.500.000	50	kurang	70	sedang	90	baik	100	baik	90	baik	100	baik
MNS	Pr	42	11.4	90.9	-2.14	Kurang	HS	31	SMA	Petani	<Rp.500.000	50	kurang	70	sedang	80	baik	100	baik	80	baik	100	baik
MYS	Pr	32	9.1	82.8	-3.11	Sangat Kurang	US	31	Tidak Sekolah	WRH	>Rp.500.000	50	kurang	60	sedang	80	baik	100	baik	80	baik	100	baik
HES	Pr	25	8.9	77	-2.1	Kurang	JBS	39	SD	IRT	>Rp.500.000	55	kurang	70	sedang	80	baik	100	baik	80	baik	50	baik
MN	Pr	34	12	90.9	-1.26	Kurang	RSN	34	SMA	IRT	>Rp.500.000	55	kurang	60	sedang	80	baik	90	baik	80	baik	100	baik

Lampiran 2. Distribusi Frekuensi

A. DISTRIBUSI FREKUENSI SAMPEL

1. Umur

Umur Ibu (Tahun)					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25	1	5.0	5.0	5.0
	26	1	5.0	5.0	10.0
	27	1	5.0	5.0	15.0
	29	1	5.0	5.0	20.0
	30	1	5.0	5.0	25.0
	31	2	10.0	10.0	35.0
	33	3	15.0	15.0	50.0
	34	4	20.0	20.0	70.0
	36	1	5.0	5.0	75.0
	37	1	5.0	5.0	80.0
	38	1	5.0	5.0	85.0
	39	3	15.0	15.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

2. Pendidikan

Pendidikan Ibu					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	1	5.0	5.0	5.0
	SMA	17	85.0	85.0	90.0
	SARJANA	1	5.0	5.0	95.0
	Tidak Sekolah	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

3. Pekerjaan

		Pekerjaan Ibu			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	17	85.0	85.0	85.0
	IRT sambil berjualan	1	5.0	5.0	90.0
	petani	2	10.0	10.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

4. Penghasilan

		Penghasilan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< Rp.500.000	2	10.0	10.0	10.0
	Rp.500.000-Rp.1.000.000	18	90.0	90.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Lampiran 3 Hasil Uji Statistik

A. Uji Normalitas Data Pengetahuan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.70147524
Most Extreme Differences	Absolute	.351
	Positive	.351
	Negative	-.207
Test Statistic		.351
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

B. Uji Normalitas Data Sikap

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.41087014
Most Extreme Differences	Absolute	.259
	Positive	.156
	Negative	-.259
Test Statistic		.259
Asymp. Sig. (2-tailed)		.001 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

C. Uji Normalitas Data Tindakan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.14881925
	Absolute	.250
Most Extreme Differences	Positive	.250
	Negative	-.191
Test Statistic		.250
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

D. DESKRIPTIF STATISTIK

Descriptive Statistic

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-test pengetahuan	20	50	65	52.50	4.443
Post-Test pengetahuan	20	60	70	63.75	4.552
Pre-test sikap	20	50	80	85.00	16.384
Post-test sikap	20	80	100	93.50	10.400
Pre-test tindakan	20	60	100	85.50	12.344
Post-test tindakan	20	70	100	96.50	8.127
Valid N (listwise)	20				

E. UJI T DEPENDEN**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-test pengetahuan	52.50	20	4.443	.993
	Post-Test pengetahuan	63.75	20	4.552	1.018
Pair 2	Pre-test sikap	85.00	20	16.384	3.663
	Post-test sikap	93.50	20	10.400	2.325
Pair 3	Pre-test tindakan	85.50	20	12.344	2.760
	Post-test tindakan	96.50	20	8.127	1.817

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre-test pengetahuan & Post-Test pengetahuan	20	.553	.011
Pair 2	Pre-test sikap & Post-test sikap	20	.819	.000
Pair 3	Pre-test tindakan & Post-test tindakan	20	.569	.009

Paired Samples Test

Paired Differences

		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	
			n	Mean	Lower	Upper			
Pair 1	Pre-test pengetahuan - Post-Test pengetahuan	-11.250	4.253	.951	-13.241	-9.259	11.828	19	.000
Pair 2	Pre-test sikap - Post-test sikap	-8.500	9.881	2.209	-13.124	-3.876	-3.847	19	.001
Pair 3	Pre-test tindakan - Post-test tindakan	-11.000	10.208	2.283	-15.778	-6.222	4.819	19	.000

E. FREKUENSI

Statistics							
		Pre-test pengetahuan	Post-Test pengetahuan	Pre-test sikap	Post-test sikap	Pre-test tindakan	Post-test tindakan
N	Valid	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0

Pre-test pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 50	14	70.0	70.0	70.0
55	3	15.0	15.0	85.0
60	2	10.0	10.0	95.0
65	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Post-Test pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 60	11	55.0	55.0	55.0
65	3	15.0	15.0	70.0
70	6	30.0	30.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Pre-test sikap

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 50	2	10.0	10.0	10.0
70	3	15.0	15.0	25.0
80	4	20.0	20.0	45.0
90	3	15.0	15.0	60.0
100	8	40.0	40.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Post-test sikap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	70	2	10.0	10.0	10.0
	80	2	10.0	10.0	20.0
	90	3	15.0	15.0	35.0
	100	13	65.0	65.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Pre-test tindakan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60	1	5.0	5.0	5.0
	70	3	15.0	15.0	20.0
	80	6	30.0	30.0	50.0
	90	4	20.0	20.0	70.0
	100	6	30.0	30.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Post-test tindakan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	70	1	5.0	5.0	5.0
	80	1	5.0	5.0	10.0
	90	2	10.0	10.0	20.0
	100	16	80.0	80.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Lampiran 4 Bukti Bimbingan Proposal Skripsi

No	Hari/tanggal	Topik bimbingan	Tanda tangan mahasiswa	Tanda tangan pembimbing
1	21 Februari 2025	Memberikan surat bimbingan dan mendiskusikan dasar pembuatan proposal serta judul penelitian		
2	25 Februari 2025	Mengajukan judul		
3	06 Maret 2025	Mendiskusikan jurnal yang sudah dicari dengan topik yang akan diteliti		
4	10 Maret 2025	Diskusi untuk penulisan BAB I-III		
5	14 Maret 2025	Mengerjakan BAB I-III serta lampiran		
6	20 Maret 2025	Penyerahan hasil BAB I-III serta lampiran		
7	25 Maret 2025	Revisi BAB I		
8	09 April 2025	Revisi BAB II		
9	14 April 2025	Revisi BAB III dan lampiran		
10	17 April 2025	Diskusi kuesioner, Booklet dan materi penyuluhan		
11	21 April 2025	Revisi Usulan Skripsi		
12	23 April 2025	Revisi Usulan Skripsi		

13	23 April 2025	Revisi Usulan Skripsi	ezut	h
14	24 April 2025	TTD Usulan Skripsi	ezut	h
15	23 juli 2025	Revisi Proposal dengan dosen Pembimbing	ezut	h
16	24 juli 2025	Revisi proposal dengan dosen pembimbing	ezut	h
17	25 juli 2025	Revisi proposal dengan dosen penguji 1	ezut	h
18	28 juli 2025	ACC dari osen penguji I	ezut	h
19	29 Juli 2025	Revisi proposan dengan dosen penguji dua	ezut	h
20	31 Juli 2025	ACC dari dosen penguji II	ezut	h
21	3 September 2025	Diskusi untuk penulisan BAB IV dan BAB V	ezut	h
22	17 september 2025	Revisi BAB IV dan BAB V serta lampiran	ezut	h
23	6 Januari 2026	Penyusunan skripsi lengkap	ezut	h
24	22 januari 2026	Finalisasi Skripsi	ezut	h
24	31 Januari 2026	Sidang Skripsi	ezut	h
25	7 Mei 2026	Revisi Skripsi dengan dosen Pembimbing	ezut	h
26	11 Mei 2026	ACC dari dosen pembimbing	ezut	h
27	11 Mei 2026	Revisi dengan dosen pembimbing I	ezut	h
28	14 Mei 202	ACC dari dosen penguji I	ezut	h

29	14 Mei 2026	Revisi dengan dosen penguji II	tzud	
30	17 Mei 2026	ACC dari dosen Penguji II	tzud	
31	16 Juni 2026	Diskusi Abstrak	tzud	
32	18 Juni 2026	Revisi bstrak	tzud	
33	17 Agustus 2026	Turnitin dengan dosen pembimbing	tzud	
34	26 Agustus 2026	Jilid Lux Skripsi	tzud	

Lampiran 5 Keterangan Layak Etik



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.01.26.3085/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

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

Peneliti utama : Ersa Apeylla Saragih
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP SIKAP, PENGETAHUAN DAN TINDAKAN IBU BALITA GIZI KURANG USIA 24 - 59 DI DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN"

"THE EFFECT OF COUNSELING ON PROVIDING BALANCED NUTRITIONAL ADDITIONAL FOODS USING BOOKLET MEDIA ON THE ATTITUDES, KNOWLEDGE AND ACTIONS OF MOTHERS OF UNDERNUT TODDLERS AGED 24-59 IN SERDANG VILLAGE, BERINGIN DISTRICT"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Manfaat dan Risiko, 4) Bejutan/Eksploitasi, 5) 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) Persuasive/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 Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 Juli 2026 sampai dengan tanggal 03 Juli 2027.
July 03, 2026

This declaration of ethics applies during the period July 03, 2026 until July 03, 2027. Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 6 Surat Survei Pendahuluan



Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Giring KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ 061 8368633
🌐 <http://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 22 April 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/582/2025
Lampiran : 1 (Satu)
Perihal : Ijin Survei Pendahuluan

Kepada Yth:
Kepala Desa Serdang Kecamatan Beringin
Kabupaten Deli Serdang
Di
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Usulan/Proposal Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Rumida, SP, M.Kes untuk melakukan Survei Pendahuluan di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang. Adapun nama mahasiswa terlampir.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan 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://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tpe.kominfo.go.id/verihydr>.



Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika			
No	Nama	NIM	Judul
1	Aniswah Nailah Khairiah	P01031222126	Pengaruh Penyuluhan Tentang Pola Makan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Gizi Kurang Di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang
2	Esra Aprylia Saragih	P01031222076	Pengaruh Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Balita Ibu Gizi Kurang Di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang
3	Nazwa Syafira Ray	P01031222034	Pengaruh Penyuluhan Tentang Asupan Energi Dan Protein Menggunakan Media Vidio Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pada Anak Gizi Kurang Di Kecamatan Beringin Desa Serdang
4	Nur Ainun Br Dalimunte	P01031222036	Pengaruh Penyuluhan Tentang Asupan Energi Dan Protein Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pada Balita Gizi Kurang Di Desa Serdang, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.
5	Roma Uli Nadeak	P01031222045	Pengaruh Edukasi Tentang Gizi Seimbang Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Gizi Kurang Di Desa Serdag Kecamatan Beringin Tahun 2025

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

Balasan Surat Survey Pendahuluan



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN BERINGIN
DESA SERDANG
 KODE POS 20552

Desa Serdang, 24 April 2025

Nomor : 140 / 55 / DS / 2025
 Lampiran : 1 (satu) lembar
 Hal : Surat Balasan Ijin Survei Pendahuluan

Yth. Ibu:
 Ketua Jurusan Gizi
 Poltekkes Medan
 Di
 Tempat

Berdasarkan Surat dari Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Medan Nomor: KH.03.01/XIV.13/582/2025
 Tanggal 22 April 2025 Perihal Ijin Survei Pendahuluan.

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, kami memberikan ijin dan tidak keberatan kepada mahasiswa Ito (nama mahasiswa terlampir) untuk melaksanakan Survei Pendahuluan di Desa Serdang, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang.

Demiikian Surat Balasan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 1. Daftar Nama Mahasiswa Yang Melakukan Penelitian

Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika			
NO	Nama	NIM	Judul
1	Aniawati Nallah Khairah	P01031222126	Pengaruh Penyuluhan Tentang Pola Makan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita Gizi Kurang Di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang
2	Elza Apylia Saragih	P01031222076	Pengaruh Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Balin Ibu Gizi Kurang di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang
3	Nazwa Syafira Ray	P01031222034	Pengaruh Penyuluhan Tentang Asupan Energi Dan Protein Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pada Anak Gizi Kurang di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang
4	Nur Ainan Br Dalimunte	P01031222036	Pengaruh Penyuluhan Tentang Asupan Energi Dan Protein Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pada Balita Gizi Kurang di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025
5	Roma Uli Nadeak	P01031222045	Pengaruh Edukasi Tentang Gizi Seimbang Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Gizi Kurang di Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

KEP. KABUPATEN DELI SERDANG
 DESA SERDANG
 HENRI P. HABEAHAN

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian



Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
▲ Jalan Jamin Giring KM 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
■ (061) 8766131
● <https://poltekkes-medan.ac.id>

Medan, 19 Agustus 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/1585/2025
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Desa Sedang
di
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa diwajibkan menyusun Skripsi. Berkaitan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Yulince Bakara, SP, M.Si untuk melakukan Penelitian di Desa Sedang. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1.	Eara Apylia Saragih	P01031222076	Pengaruh Penyuluhan Tentang Pemberian Makanan Tambahan Gizi Seimbang Dengan Media Booklet Terhadap Sikap, Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan Di Desa Sedang Kecamatan Beringin

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

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd, M. Kes

Kementerian Kesehatan tidak memelihara stempel atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Bila terdapat potensi stempel atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMKES 1500667 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi hasil dan tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://www.kemkes.go.id/verifikasi>



Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN BERINGIN
DESA SERDANG
KODE POS 20552

Desa Serdang, 22 Agustus 2025

Nomor : 140 / 295 / DS / 2025
 Lampiran : -
 Hal : Surat Balasan Ijin Penelitian

Yth. Ibu:
Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Medan
Di
Tempat

Berdasarkan Surat dari Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Medan Nomor: KH.03.01/XIV.13/1585/2025 Tanggal 19 Agustus 2025 Perihal Ijin Penelitian.

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, kami memberikan ijin dan tidak keberatan kepada mahasiswa Ibu untuk melakukan Penelitian di Desa Serdang, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah:

No.	Nama	NIM	Judul
1	Esra Apylia Saragih	P01031222076	Pengaruh Penyuluhan Tentang Pemberian Makanan Tambahan Gizi Seimbang Dengan Media Booklet Terhadap Sikap, Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang Usia 24-59 Bulan Di Desa Serdang Kecamatan Beringin

Demikian Surat Balasan ini diperbuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.


 KEPALA DESA SERDANG
 DESA SERDANG
 HENRI P. HAREAHAN

Lampiran 8. Surat Persetujuan Setelah Penjelasan

SURAT PERSETUJUAN BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
 Umur :
 Alamat :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul
 “Pengaruh Penyuluhan tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Gizi
 Seimbang dengan media Booklet terhadap sikap, pengetahuan dan perilaku Ibu
 Balita Gizi Kurang ~~Usia~~ 24-59 ~~bulan~~ di Desa Serdang kecamatan beringin” yang
 akan dilakukan oleh :

Nama : Esra Aprylia Saragih
 Alamat : Jl. Petapahan, Tanjung Garbus
 Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan
 Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika
 No. Hp : 0812-6408-9757

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

Deli Serdang, 2025

Mengetahui
 Peneliti,

Yang Menyetujui
 Responden,

(Esra Aprylia Saragih)

()

Lampiran 9 Data Balita Gizi Kurang

No	Nama Balita	JK	Tgl Lahir	Umur (bln)	BB (kg)	TB (cm)	BB/U	Z- SCORE
1	Maureen Nathania Siregar	P	10-12-2021	42	11.4	90.9	KURANG	-2.14
2	Melany Yesella Situmeang	P	21-09-2022	32	9.1	82.8	SANGAT KURANG	-3.11
3	Kendrick Sinaga	L	19-05-2023	26	9.40	77.60	KURANG	-2.36
4	Hana Eliana Samosir	P	19-06-2023	25	8.9	77	KURANG	-2.10
5	Louis Gibran Simanjuntak	L	17-07-2023	24	8.90	74	KURANG	-2.58
6	Winda Hutasoit	P	01-12-2021	42	9.40	88.9	SANGAT KURANG	-3.69
7	Hizkia Pandapotan Sihombing	L	26-07-2023	24	9.3	81.2	KURANG	-2.15
8	Fellie Lea Graneth Sinaga	P	06-06-2023	25	8.5	78.7	KURANG	-2.57
9	Ratu Adelia Sinaga	P	06-08-2022	34	10.3	85.1	KURANG	-2.21
10	Goklas Alfaro Tambah	L	23-09-2021	44	12	92.2	KURANG	-2.21
11	Elia Oktavia Sinaga	P	30-09-2022	32	10.25	79.85	KURANG	-2.13
12	Griezhan Michael Nainggolan	L	08-10-2020	55	12.80	97.5	KURANG	-2.50
13	Novita Sari Sihombing	P	10-11-2020	54	11.6	89.8	KURANG	-2.98
14	Natalia Siregar	P	18-12-2020	54	14.10	102.7	KURANG	-1.40
15	Adriel Tamba	L	10-05-2023	25	10.20	73.30	KURANG	-1.68
16	Anggira Yovella	P	14-08-2022	34	12	90.90	KURANG	-1.26

	Nainggolan							
17	Muhammad Alif Rhamdan	L	05-04-2022	39	12.50	96.60	KURANG	-1.34
18	Romel Halomoan Tamba	L	06-06-2023	25	10.10	82.40	KURANG	-1.65
19	Anugrah Novia Nababan	P	18-10-2022	32	11	84.50	KURANG	-1.39
20	Togap	L	01-01-2023	29	11.20	80.30	KURANG	-1.39

Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan Media Penyuluhan

Pertemuan	: I
Judul Penyuluhan	: Apa Itu Gizi Kurang
Waktu	: 60 Menit
Sasaran	: Ibu Balita Gizi Kurang
Tempat	: Kantor Kepala Desa Desa Serdang
Tujuan Umum	: Setelah mengikuti kegiatan ini, sampel memahami gizi kurang dengan metode diskusi dan tanya jawab
Tujuan Khusus	: Menjelaskan tentang PMT yang baik
Media	: Booklet

Pengertian Gizi Kurang

Gizi kurang adalah kondisi di mana berat badan seseorang tidak sesuai dengan usianya. Kondisi ini lebih sering terjadi pada balita usia 2 hingga 5 tahun karena pada masa ini, balita mulai menerapkan pola makan yang sama dengan keluarga dan juga memiliki aktivitas fisik yang cukup tinggi. Kekurangan gizi pada masa balita dapat memengaruhi perkembangan otak anak, sehingga berdampak pada tingkat kecerdasannya.

Faktor Penyebab Gizi Kurang

Masalah gizi kurang pada anak balita dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung yang saling berkaitan. Penyebab langsung utamanya meliputi asupan makanan yang tidak mencukupi kebutuhan gizi anak dan penyakit infeksi yang sering diderita. Ketika anak tidak mendapatkan makanan bergizi dalam jumlah cukup, tubuhnya menjadi lemah dan rentan terhadap penyakit. Di sisi lain, penyakit infeksi seperti diare atau ISPA justru memperburuk kondisi gizi karena mengurangi nafsu makan dan mengganggu penyerapan nutrisi, menciptakan siklus yang sulit diputus. Sementara itu, penyebab tidak langsung bersifat lebih kompleks dan melibatkan berbagai aspek kehidupan. Ketahanan pangan keluarga menjadi faktor krusial - ketika keluarga tidak mampu menyediakan makanan bergizi secara konsisten akibat keterbatasan ekonomi, risiko gizi kurang dan buruk pada anak meningkat. Pola pengasuhan yang kurang tepat, termasuk ketidaktahuan orang tua

tentang pemberian makan yang benar untuk anak, yang dapat memperparah masalah. Akses terhadap pelayanan kesehatan yang terbatas dan kondisi lingkungan yang tidak sehat, seperti kurangnya air bersih dan sanitasi yang buruk, semakin menyulitkan upaya pencegahan dan penanganan masalah gizi.

Dampak Gizi Kurang

Berdasarkan faktor penyebab langsung dan tidak langsung bahwa gizi kurang akan berdampak pada balita yaitu jika dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Akibat buruk dari gangguan gizi jangka panjang adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua (Kemenkes RI, 2020). Gizi yang berkaitan dengan kesehatan serta kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka anak akan mudah terkena infeksi. Jika pola makan pada balita tidak tercapai dengan baik, maka pertumbuhan balita juga akan terganggu, tubuh kurus, gizi kurang dan bahkan terjadi balita pendek (stunting), sehingga pola makan yang baik juga perlu dikembangkan untuk menghindari zat gizi kurang.

Pertemuan	: II
Judul Penyuluhan	: PMT yang baik
Waktu	: 60 Menit
Sasaran	: Ibu Balita Gizi Kurang
Tempat	: Kantor Kepala Desa Desa Serdang
Tujuan Umum	: Setelah mengikuti kegiatan ini, sampel memahami gizi kurang dengan metode diskusi dan tanya jawab
Tujuan Khusus	: Menjelaskan tentang PMT yang baik
Media	: Booklet

No	Materi	Waktu	Kegiatan
1	Pembukaan	10 menit	• Salam dan memperkenalkan diri • Menjelaskan tujuan dan cakupan materi penyuluhan
2	Penyajian materi	20 menit	• PMT Gizi seimbang • Manfaat • Sasaran dan Jenis serta frekuensi
3	Diskusi	20 menit	Tanya jawab sputar materi yang sudah diberikan
4	Penutup	10 menit	Menentukan waktu untuk pertemuan selanjutnya dan mengucapkan salam

Materi Pertemuan II

Pengertian PMT

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah suatu kegiatan dimana memberikan makanan kepada balita dalam bentuk pangan yang aman serta bermutu dengan kegiatan pendukung lainnya yaitu memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan. PMT adalah salah satu kebijakan dalam prioritas percepatan pelaksanaan pembangunan pada bidang pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak terutama pada anak-anak yang berada pada daerah tertinggal dan daerah terpencil. PMT juga termaksud sebuah program yang bertujuan untuk kesehatan bayi dan balita, memastikan tumbuh kembang anak

sesuai dengan umurnya.

Manfaat Pemberian PMT

Manfaat pemberian PMT sangat banyak dengan salah satu tujuannya yaitu, memenuhi gizi balita dan memberi pengetahuan kepada ibu akan pentingnya PMT gizi seimbang yang harus diberikan kepada balita agar balita tumbuh kembang dengan sehat dan sesuai gizi yang seimbang. PMT yang bermanfaat untuk kesehatan bayi dan balita, memastikan tumbuh kembang anak sesuai dengan umurnya dengan optimal.

Sasaran Pemberian PMT

Balita gizi kurang atau kurus dengan rentang usia 2-59 dan Bawah Garis Merah (BGM) Penentuan sasaran dipilih melalui hasil penimbangan bulanan di Posyandu dengan urutan prioritas dan kriteria sebagai berikut :

1. Balita yang dalam pemulihan pasca perawatan gizi buruk di TFC/Pusat Pemulihan Gizi/Puskesmas Perawatan atau RS
2. Balita kurus dan berat badannya tidak naik dua kali berturut-turut (2T)
3. Balita gizi kurang
4. Balita Bawah Garis Merah (BGM)

Jenis dan frekuensi Makanan Tambahan

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita. Selain pemberian makanan tambahan, kegiatan PMT juga disertai dengan edukasi, penyuluhan, konseling gizi dan kesehatan agar dapat mempercepat proses perubahan tindakan ibu dan keluarga dalam pemberian makan yang tepat sesuai dengan umur, penyiapan makanan, pemilihan bahan makanan keamanan pangan. PMT bukan ditujukan untuk mengganti makanan utama. Namun PMT diberikan setiap hari dengan komposisi setidaknya 1 kali makanan lengkap dalam seminggu dan sisanya kudapan. Makanan lengkap diberikan sebagai sarana edukasi implementasi isi piringku yang bergizi seimbang dengan mengutamakan 2 (dua) jenis sumber protein hewani.

Karakteristik Produk :

- a) Bentuk : biskuit yang pada permukaan atasnya tercantum tulisan “MT Balita”
- b) Tekstur/Konsistensi : renyah, bila dicampur dengan cairan menjadi lembut.

- c) Berat : berat rata-rata 10 gram/keping.
- d) Warna : sesuai dengan hasil proses pengolahan yang normal (tidak gosong).
- e) Rasa : Manis.
- f) Mutu dan keamanan : produk makanan tambahan balita memenuhi persyaratan mutu dan keamanan sesuai untuk bayi dan anak balita.
- g) Masa kedaluwarsa : waktu antara selesai diproduksi sampai batas akhir masih layak dikonsumsi, produk MT mempunyai masa kedaluwarsa 24 bulan.

Kemasan :

- a) Setiap 4 (empat) keping biskuit dikemas dalam 1 (satu) kemasan primer (berat 40 gr).
- b) Setiap 21 (dua puluh satu) kemasan primer dikemas dalam 1 (satu) kotak kemasan sekunder (berat 840 gr).
- c) Setiap 4 (empat) kemasan sekunder dikemas dalam 1 (satu)

Pengertian Gizi Seimbang Pada Balita

Gizi seimbang balita adalah gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui makanan sehari-hari sehingga tubuh bisa aktif, sehat optimal, tidak terganggu penyakit, dan tubuh tetap sehat. Pemenuhan kebutuhan gizi merupakan indikator penting dalam proses tumbuh kembang balita. Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang maksimal

Gizi seimbang untuk anak sangat penting. Gizi Seimbang dapat memutus siklus buruk antargenerasi yaitu siklus dimana malnutrisi mengabadikan kemiskinan, dan kemiskinan melanggengkan malnutrisi. Anak-anak dengan asupan gizi seimbang akan berkembang secara maksimal, sehingga masyarakat dan ekonomi juga berkembang lebih baik.

Pedoman Gizi Seimbang Pada Balita

Pedoman gizi seimbang merupakan susunan makan sehari-hari yang mengandung zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh disertai 4 prinsip di dalamnya. Pedoman gizi seimbang dibuat untuk menggantikan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” yang dinilai sudah tidak relevan dengan masyarakat sekarang. Namun, PGS dirasa belum cukup familiar di masyarakat dikarenakan pengertian cukup tinggi dibandingkan dengan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” (6).

Berdasarkan Kemenkes RI (2014) adapun metode pengenalan Pedoman Gizi Seimbang pada anak yang sering dipakai saat ini, yakni :

1. Biasakan mengonsumsi aneka ragam makanan pokok
2. Batasi konsumsi pangan manis,asin dan berlemak
3. Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal
4. Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi
5. Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir
6. Biasakan Sarapan. Agar hidup tetap sehat, produktif, dan aktif, maka tubuh harus di bekali dengan zat gizi sarapan.
7. Biasakan Minum Air Putih Yang Cukup dan Aman
8. Banyak makan buah dan sayur
9. Biasakan membaca label pada kemasan pangan
10. Syukuri dan nikmati aneka ragam makan

Empat Pilar Gizi Seimbang

Pentingnya edukasi gizi seimbang pada orang tua dengan anak usia dini menjadi fokus utama dalam mendukung tumbuh kembang optimal anak. Dengan meningkatkan pemahaman orang tua mengenai prinsip gizi seimbang meliputi (1) konsumsi makanan pokok, (2) lauk-pauk, (3) sayuran dan buah-buahan, (4) asupan minuman, serta (5) pembatasan gula, garam, dan lemak (GGL) diharapkan dapat terwujud pola makan ideal. Hal ini didukung oleh empat pilar utama: variasi makanan, penerapan hidup bersih, aktivitas fisik, dan pemantauan berat badan secara berkala untuk menjaga berat badan ideal.

Pertemuan	: III
Judul Penyuluhan	: PMT Gizi Seimbang Pada Anak Gizi Kurang
Waktu	: 60 Menit
Sasaran	: Ibu Balita Gizi Kurang
Tempat	: Kantor Kepala Desa Desa Serdang
Tujuan Umum	: Setelah mengikuti kegiatan ini, sampel memahami tentang gizi kurang serta asupan energi dan protein dengan metode diskusi dan tanya jawab
Tujuan Khusus	: Menjelaskan tentang gizi seimbang dalam pemberian PMT pada balita gizi kurang
Media	: Booklet

No	Materi	Waktu	Kegiatan
1	Pembukaan	5 menit	• Salam dan memperkenalkan diri • Menjelaskan tujuan dan cakupan materi penyuluhan
2	Penyajian materi	20 menit	• PMT gizi Seimbang
3	Diskusi	20 menit	Tanya jawab sputar materi yang sudah diberikan
4	Penutup	5 menit	Menentukan waktu untuk pertemuan selanjutnya dan mengucapkan salam
5	Post test	10 menit	Menjawab pertanyaan dari kuesioner

Pengulangan materi 1 dan 2

Lampiran 11 Kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Tindakan

KUESIONER PENELITIAN

PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP SIKAP, PENGETAHUAN DAN TINDAKAN IBU BALITA GIZI KURANG USIA 24-59 BULAN DI DESA SERDANG KECAMATAN BERINGIN TAHUN 2025

A. Kuesioner Pengetahuan

1. Apa yang dimaksud dengan balita berat badan kurang?
 - a. Balita dengan berat badan kurang
 - b. Masalah kurang gizi yang menahun karena kurangnya asupan gizi tidak sesuai dengan kebutuhan nya yang menyebabkan pertumbuhan terhambat
 - c. Balita dengan tinggi badan tidak sesuai umurnya
 - d. Balita dengan tinggi badan sesuai umurnya

2. Mengapa balita kurus banyak terjadi pada usia 24-59 bulan?
 - a. Karena usia 24-59 bulan merupakan masa pertumbuhan
 - b. Karena usia 24-59 bulan masih anak kecil
 - c. Karena usia 24-59 bulan merupakan masa paling rawan sehingga sering terkena penyakit infeksi dan beresiko tinggi menjadi kurang gizi
 - d. Karena usia 24-59 bulan merupakan masa perkembangan emas

3. Apa faktor penyebab gizi kurang?
 - a. Infeksi, makanan pendamping yang tidak memadai, dan ASI eksklusif
 - b. Faktor lingkungan dan rumah tangga, ASI eksklusif, dan Infeksi
 - c. ASI eksklusif, tidak infeksi, dan makanan pendamping yang memadai
 - d. Faktor lingkungan dan rumah tangga, makanan pendamping yang tidak memadai, menyusui, dan Infeksi.

4. Apa dampak jangka pendek dari gizi kurang (kurus)?
 - a. Apatis (cuek/acuh tak acuh), gangguan bicara, dan gangguan perkembangan.
 - b. Kurus, gangguan bicara, dan gangguan perkembangan
 - c. Apatis (cuek/acuh tak acuh), gemuk, dan gangguan berbicara.
 - d. Gemuk, gangguan perkembangan, apatis

5. Apa dampak jangka panjang dari gizi kurang ?
 - a. Gizi kurang, kurus, dan IQ rendah
 - b. Q rendaah, penurunan rasa percaya diri, dan mudah sakit
 - c. IQ rendah, gangguan pemusatan perhatian serta pemnurunan rasa percaya diri, gangguan perkembangan dan mengurangi kemampuan berfikir
 - d. Gizi kurang, kurus gangguan pemusatan perhatian serta pemnurunan rasa percaya diri, gangguan perkembangan dan mengurangi kemampuan berfikir

6. Apa yang harus diperhatikan dalam pemberian makanan tambahan pada balita?
 - a. Jumlah dan kualitas makanan
 - b. Kualitas makanan
 - c. Mutu dan keamanan makanan
 - d. Variasi dan jenis makanan

7. Apa yang dimaksud dengan pemberian makanan tambahan ?
 - a. Upaya pemberian penambahan makanan dalam bentuk kudapan tanpa mengurangi jumlah makanan yang dimakan setiap hari
 - b. Upaya pemberian penambahan makanan dengan mengurangi jumlah makanan yang dimakan setiap hari
 - c. Upaya pemberian penambahan makanan dalam bentuk makanan pokok
 - d. Upaya pemberian penambahan makanan dalam bentuk kudapan dengan

mengurangi

jumlah makanan yang dimakan setiap hari

8. Apa yang harus diutamakan dalam pemberian makanan tambahan untuk balita ?

- a. Bahan makanan sumber lemak dan protein
- b. Bahan makanan sumber kalori dan protein
- c. Bahan makanan sumber vitamin dan mineral
- d. Bahan makanan sumber protein dan mineral

9. Komposisi bahan makanan untuk PMT sumber nabati yaitu ?

- a. Kacang hijau, kacang kedelai, kacang panjang
- b. Tahu, tempe, kacang hijau
- c. Kacang tanah, kacang kedelai, kecambah kedelai
- d. Kacang panjang, kacang merah, tempe

10. Komposisi bahan makanan untuk PMT sumber hewani yaitu ?

- a. Daging sapi, daging ayam, udang, dan oncom
- b. Keju, hati sapi, ikan teri, dan kacang-kacangan
- c. Usus sapi, ikan asin, oncom, dan telur ayam
- d. Telur ayam, hati sapi, udang, dan ikan segar

11. Apa yang dimaksud dengan makanan tambahan yang baik ?

- a. Kaya energi, protein, mikronutrient, dan harga kurang terjangkau
- b. Bersih dan aman, tidak terlalu pedas dan manis, serta diberikan selagi panas
- c. Kaya energi, protein, makronutrient, disukai anak, dan tersedia di daerah tempat tinggal
- d. Makanan diberikan selagi hangat, harga kurang terjangkau, dan tidak terlalu pedas dan asin.

12. Apa yang harus diperhatikan agar makanan tambahan yang diberikan disukai oleh

anak ?

- a. Makanan pedas, asin dan kesukaan anak
- b. Makanan tidak terlalu panas, pedas, asin, dan mudah dimakan oleh anak
- c. Makanan mudah dimakan oleh anak dan panas
- d. Makanan tidak terlalu panas dan pedas

13. Apa yang dimaksud dengan makanan tambahan yang bersih dan aman ?

- a. Tidak ada bakteri penyebab penyakit, bahan kimia, dan tidak terlalu panas
- b. Tidak ada bahan kimia, tidak ada potongan atau bagian tulang, dan harganya terjangkau
- c. Tidak terlalu panas, harganya tidak terjangkau, dan disukai anak
- d. Tidak ada potongan tulang, tidak panas, dan tidak tersedia di daerah tempat tinggal

14. Kapan waktu yang tepat untuk pemberian makanan tambahan pada anak ?

- a. Diantara waktu makan makanan utama
- b. Siang hari setelah makan siang
- c. Sore hari sebelum makan malam
- d. Diantara makan pagi dan siang

15. Manakah yang termaksud pedoman gizi seimbang balita ?

- a. biasanya mengkonsumsi Es loli, roti dengan mentega, dan biskuit
- b. makan dan minum Susu, puding, dan permen
- c. banyak makan sayuran dan cukup buah
- d. Susu, biskuit, dan kentang yang dimasak.

16. Manakan contoh makanan tambahan yang kurang baik ?

- a. Puding, roti selai coklat, dan minuman soda
- b. Minuman soda, mangga, dan permen
- c. Es loli, permen, dan minuman soda
- d. Susu, yoghurt, dan kentang

17. Manakah yang termaksud 4 pilar gizi seimbang ?

- a. Kebersihan diri
- b. Menjaga tinggi badan
- c. menjaga index massa tubuh
- d. Biskuit dan es loli

18. Manakah yang termaksud bagian isi piringku?

- a. Porsi makanan pokok $\frac{1}{3}$ dari piring
- b. Porsi buah-buahan $\frac{1}{2}$ dari piring
- c. Porsi sayuran $\frac{1}{2}$ dari piring
- d. Porsi lauk pauk $\frac{1}{4}$ dari piring

19. Bagaimana bentuk makanan yang tepat untuk diberikan pada anak usia 24-59 bulan?

- a. Makanan lumat
- b. Makanan lembik
- c. Makanan keluarga
- d. Makanan lembik dan makanan keluarga

20. Bagaimana tujuan PMT gizi seimbang yang diberikan kepada anak balita ?

- a. Mengoptimalkan proses pertumbuhan anak-anak
- b. Menjaga berat badan
- c. Menyimpan mineral dan serat
- d. Membantu menambah tinggi badan anak

B. Kuesioner Sikap

Berikan pendapat sampel pada kolom yang tersedia dengan memberikan tanda checklist (√).

S : Bila sampel setuju dengan pernyataan tersebut.

TS : Bila sampel tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

NO	Gambaran Sikap	S	TS
1	Menurut ibu balita kurus merupakan balita dengan masalah kurang gizi yang menahun karena kurangnya asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan yang menyebabkan pertumbuhan terhambat		
2	Menurut ibu usia 24-59 bulan merupakan masa paling rawan sehingga sering terkena penyakit infeksi dan menjadikan anak beresiko tinggi menjadi kurang gizi.		
3	Menurut ibu faktor lingkungan dan rumah tangga, makanan pendamping yang tidak memadai, menyusui, dan Infeksi merupakan faktor penyebab gizi kurang		
4	Menurut ibu waktu yang tepat untuk pemberian makanan tambahan pada waktu diantara makan makanan utama		
5	Menurut ibu makanan tambahan yang baik merupakan makanan yang kaya energi, protein, makronutrient, disukai anak, dan tersedia di daerah tempat tinggal		
6	Menurut ibu yang harus diperhatikan dalam pemberian makanan tambahan pada balita adalah mutu dan keamanan makanan		
7	Menurut ibu makanan tambahan merupakan upaya pemberian penambahan makanan dalam bentuk kudapan tanpa mengurangi jumlah makanan yang		

	dimakan setiap hari		
8	Menurut ibu yang harus diutamakan dalam pemberian makanan tambahan untuk balita merupakan bahan makanan sumber kalori dan protein		
9	Menurut ibu komposisi bahan makanan untuk PMT sumber nabati yaitu tahu, tempe, dan kacang hijau		
10	Menurut ibu makanan tambahan yang baik merupakan makanan yang kaya energi, protein, makronutrient, disukai anak, dan tersedia di daerah tempat tinggal		

C.Kuesioner Tindakan

Berikan pendapat sampel pada kolom yang tersedia dengan memberikan tanda checklist (√).

Ya : Bila sampel setuju dengan pernyataan tersebut.

Tidak : Bila sampel tidak setuju dengan pernyataan tersebut

No	Gambaran Tindakan	Ya	Tidak
1	Apakah Ibu memberikan makanan tambahan kepada anak setiap hari?		
2	Apakah ibu memperhatikan kebersihan makanan tambahan sebelum diberikan		
3	Apakah ibu memasukkan sayur dan buah dalam menu harian anak saya		
4	Apakah ibu Saya mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan untuk anak saya		
5	Apakah ibu Saya mengikuti saran petugas kesehatan dalam memilih jenis PMT untuk anak.		
6	Apakah Ibu memasak sendiri PMT berbahan lokal seperti tempe, telur, atau kacang.		
7	Apakah ibu menyediakan makanan selingan bergizi untuk anak di antara waktu makan.		
8	Apakah ibu selalu membaca label kemasan pada makanan yang diberikan kepada anak.		
9	Apakah ibu menghindari memberikan makanan tinggi gula seperti permen dan soda.		
10	Apakah ibu memberikan makanan tambahan dalam porsi yang sesuai dengan usia anak.		

Lampiran 12 Booklet



PMT GIZI SEIMBANG



PMT gizi seimbang merupakan porsi makanan yang di dalamnya mengandung gizi atau nutrisi yang seimbang antara protein, karbohidrat, vitamin, mineral, serta nutrisi lainnya tidak lebih ataupun kekurangan, berdasarkan kebutuhan aktifitas fisik sehari-hari.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah suatu kegiatan dimana memberikan makanan kepada balita dalam bentuk pangan yang aman serta bermutu dengan kegiatan pendukung lainnya yaitu memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan

Sasaran PMT adalah

1. Balita yang dalam pemulihan pasca perawatan gizi buruk di TFC/Pusat Pemulihan Gizi/Puskesmas Perawatan atau RS
2. Balita kurus dan berat badannya tidak naik dua kali berturut-turut (2T)
3. Balita gizi kurang
4. Balita Bawah Garis Merah (BGM)

Jenis Pangan

BERDASARKAN KELOMPOK 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

dedaunan hijau
yang terdiri atas
bayam, kangkung,
wortel, terong, bro
koli, selada, dan
lain-lain



Buah-Buahan

pepaya,mangga,pisang,jambu,apel,rambutan,jeruk dll



TUJUAN PMT GIZI SEIMBANG

- 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.menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan



PEDOMAN GIZI SEIMBANG

- ```

graph TD
 1[1. Biasakan Mengonsumsi Aneka Ragam Makanan Pokok] --> 2[2. Batasi Konsumsi Pangan Manis, Asin, dan Berlemak]
 1 --> 3[3. Aktivitas Fisik yang Cukup dan Pertahankan Berat Badan Normal]
 1 --> 4[4. Biasakan Mengonsumsi Lauk Pauk yang Mengandung Protein]
 1 --> 5[5. Cuci Pakai dengan Air Bersih dan Mengalir]
 1 --> 6[6. Biasakan Sarapan]
 1 --> 7[7. Biasakan Minum Air Putih yang Cukup dan Aman]
 1 --> 8[8. Banyak makan sayuran dan cukup buah]
 1 --> 9[9. Biasakan Membaca Label Pada Kemasan Pangan]
 1 --> 10[10. Syukuri dan Nikmati Aneka Ragam Makanan]
 2 --> 3
 2 --> 4
 2 --> 5
 2 --> 6
 2 --> 7
 2 --> 8
 2 --> 9
 2 --> 10
 3 --> 4
 3 --> 5
 3 --> 6
 3 --> 7
 3 --> 8
 3 --> 9
 3 --> 10
 4 --> 5
 4 --> 6
 4 --> 7
 4 --> 8
 4 --> 9
 4 --> 10
 5 --> 6
 5 --> 7
 5 --> 8
 5 --> 9
 5 --> 10
 6 --> 7
 6 --> 8
 6 --> 9
 6 --> 10
 7 --> 8
 7 --> 9
 7 --> 10
 8 --> 9
 8 --> 10
 9 --> 10

```



## 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 keatas ukuran tumpeng, maka jenis pangan yang di konsumsi pada lapis paling atas akan semakin sedikit atau perlu dibatasi. pada setiap kelompok pangan juga dituliskan berapa jumlah porsi yang dianjurkan



## ISI PIRINGKU

Porsi lauk pauk  
1/6 dari piring

Porsi buah-buahan  
1/6 dari piring



Porsi makanan  
pokok 1/2 dari piring

Porsi sayuran 1/4 dari  
piring

## CONTOH MENU PMT BALITA GIZI KURANG



Informasi nilai gizi per porsi :

| Energi   | Protein | Lemak   |
|----------|---------|---------|
| 468 kkal | 14.4 gr | 17.4 gr |

### Cara Membuat

Tumis bawang dengan minyak hingga layu, kemudian masukkan sayuran (wortel, buncis dan jagung). Masak hingga setengah matang, lalu angkat.

Tambahkan nasi, terigu, telur, bawang putih goreng, bawang merah goreng, daun bawang, lada, garam, dan kaldu bubuk secukupnya, aduk hingga rata dan kalis.

Ambil sedikit nasi, pipihkan di tangan, isi dengan rabuk ikan lalu bentuk bulat.

Lumuri dengan terigu, celupkan ke telur kocok dan gulingkan ke tepung roti/panir.

Simpan dalam wadah tertutup atau esensial.

### RESEP UNTUK 3 PORSI

#### Bahan

- 150 gr beras, masak hingga menjadi nasi
- 40 gr (1/4 sdm) minyak sayur
- 18 gr (2 sdm) buncis, iris
- 10 gr (1 sdm) wortel, cincang
- 45 gr (4.5 sdm) jagung pipil, cincang kasar
- 50 gr (5 sdm) tepung terigu
- 30 gr (1/2 butir) telur ayam
- 50 gr (5 sdm) rabuk ikan
- 10 gr (2 sdm) bawang bombay iris
- 5 gr (1 sdt) bawang putih goreng
- 5 gr (1 sdt) bawang merah goreng
- Daun bawang lada, garam, kaldu jamur secukupnya

#### Bahan Pelapis

- 50 gr (1 butir) telur ayam
- tepung roti/panir secukupnya panir

#### Bumbu

### Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian

