



**PENGARUH PENGGUNAAN ALAT PERAGA ISI PIRINGKU
TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
IBU BALITA TENTANG PEMBERIAN
MAKAN ANAK DI DESA IPU MEA**

SKRIPSI

**OLEH
SEPTIANI LUKAS MAYUN
NIM PO.62.31.3.19.321**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDRAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

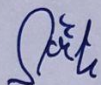
**PENGARUH PENGGUNAAN ALAT PERAGA ISI PIRINGKU
TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
IBU BALITA TENTANG PEMBERIAN
MAKAN ANAK DI DESA IPU MEA**

Oleh :
Nama : Septiani Lukas Mayun
NIM : PO.62.31,3.19.321

Skripsi ini telah memenuhi persyaratan dan diseminarkan pada :

Hari/Tanggal : Senin, 22 Mei 2023
Waktu : 09.30 – 11.00 WIB
Tempat : Ruang II

Pembimbing I,



Nila Susanti, SKM., MPH
NIP.197901092005012004

Pembimbing II,



Harlyanti Muthma'innah .M., M.Sc
NIP.199207272018012002

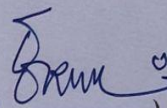
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi ini Telah Diuji dan Dinilai
Tanggal : 22 Mei 2023

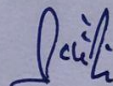
Tim Penguji,

Tanda Tangan,


Ketua : Gumilely, SKM, M.Si
NIP. 19680227 199103 2 009


(.....)

Anggota : Nila Susanti, SKM., MPH
NIP. 19790109 200501 2 004


(.....)

Harlyanti Muthma'innah Mashar, M.Sc
NIP. 19920727 201801 2 002


(.....)

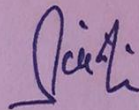
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul
PENGARUH PENGGUNAAN ALAT PERAGA ISI PIRINGKU
TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
IBU BALITA TENTANG PEMBERIAN
MAKAN ANAK DI DESA IPU MEA

Telah disahkan tanggal : 6 Juni 2023

Mengesahkan,

Pembimbing I,



Nila Susanti, SKM., MPH
NIP.19790109 200501 2 004

Pembimbing II,



Harlyanti Muthma'innah M., M.Sc
NIP.19920727 201801 2 002

Direktur,



Mars Khendra Kusriyadi, STP, MPH
NIP.19750310 199703 1 004

KATA PENGANTAR

Segala Puji Dan Syukur ke hadirat-Nya, karena pernyertaan dan berkat-Nya. Menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian akan Anak Di Desa Ipu Mea”.

Penulis mengucapkan terimakasih banyak, kepada seluruh pihak yang telah membantu, baik itu memberi dukungan secara tenaga, doa, semangat dan motivasi, agar penulis mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Mars Khendra Kusfriadhi, S.TP., M.P.H selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
2. Ibu Nila Susanti, S.K.M., M.P.H, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu, arahan, dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini
3. Bapak Sugiyanto, S.Gz., M.Pd selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
4. Kepala UPTD Puskesmas Dayu yang telah mengizinkan dan memberi arahan kepada penulis selama berjalannya penelitian
5. Kepala Desa Ipu Mea yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian
6. Ibu Harlyanti Muthma'innah Mashar, M.Sc, selaku dosen Pembimbing II yang telah memberikan waktu, arahan, dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini
7. Ibu Erma Nurjanah Widiastuti, SKM., MPH selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan waktu, arahan, motivasi, dan bimbingan secara akademik kepada penulis
8. Segenap dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis

9. Seluruh petugas Desa, seluruh kader Posyandu Desa Ipu Mea yang telah membantu terlaksananya penelitian
10. Ibu balita yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh antusias
11. Orangtua, kakak dan keluarga yang selalu memberikan dukungan, doa, dan cinta yang menjadi motivasi penulis
12. *Connect Group Youth* 04, komunitas pemuda rohani yang senantiasa memberikan dukungan doa dan semangat selama penyusunan skripsi
13. Teman-teman satu angkatan program studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Reguler VI Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, terkhusus kepada sahabat dan teman-teman yang turut membantu dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini
14. Semua pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan penulis berharap skripsi ini dapat diterima dan berguna bagi semua pihak.

Palanga Raya, Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan	4
D. Manfaat	4
BAB II LANDASAN TEORI.....	6
A. Tinjauan Pustaka	6
B. Kerangka Konsep	18
C. Hipotesis.....	19
D. Variabel Penelitian	19
E. Definisi Operasional	19
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Ruang Lingkup	22
B. Rancangan Penelitian.....	22
C. Populasi Dan Sampel.....	22
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	23
E. Uji Validitas Dan Reliabilitas	26
F. Pengolahan Dan Analisis Data	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	29
B. Analisis Univariat	30
C. Analisis Bivariat	36
BAB V PENUTUP	40
A. Kesimpulan.....	40
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pemberian Makan Anak.....	12
Tabel 4.1 Nama Posyandu Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Dayu.....	29
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan Dan Pekerjaan	30
Tabel 4.3 Rata-Rata Skor Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi	32
Tabel 4.4 Persentase Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi	32
Tabel 4.5 Penjabaran Butir Pertanyaan Pengetahuan.....	33
Tabel 4.6 Rata-Rata Skor Keterampilan Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi.....	35
Tabel 4.7 Persentase Keterampilan Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi.....	36
Tabel 4.8 Hasil Uji Statistik Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan	37
Tabel 4.9 Hasil Uji Statistik Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pedoman Gizi Seimbang.....	9
Gambar 2.2 Isi Piringku.....	10
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	18

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Etik Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Pernyataan Kesediaan Responden
- Lampiran 4. Media Penyuluhan
- Lampiran 5. Kuesioner pre test dan post test Pengetahuan
- Lampiran 6. SAP
- Lampiran 7. Form Penilaian Keterampilan
- Lampiran 8. Riwayat Hidup

ABSTRAK

Pemberian makan adalah penyebab utama awal dari malnutrisi pada balita yang disebabkan oleh praktik pemberian makan yang salah. Salah satu penyebab langsung terjadinya stunting adalah asupan makanan, sehingga program yang dilaksanakan oleh pemerintah yaitu dengan pemberian edukasi gerakan “Isi Piringku”. Tujuan dari edukasi ini untuk mengatur komposisi makanan dengan porsi yang sesuai dengan anjuran. Sebagai upaya untuk mengatasi masalah dari pemberian makan yang salah kepada anak, maka perlu dilakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu, yaitu dengan penggunaan alat peraga isi piringku sebagai media edukasi gizi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi menggunakan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Posyandu Desa Ipu Mea. Menggunakan jenis penelitian yaitu Pre-Eksperimental dengan rancangan penelitian yang digunakan *One Group Pre Test – Post Test Design*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu balita yang memiliki balita usia 0 bulan – 3 tahun, analisis statistik yang digunakan yaitu uji *Mc Nemar*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar umur reponden masuk golongan antara umur 19 – 29 tahun sebesar 66,67%, sebagian besar pendidikan responden SMA sebesar 53,33% dan sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga 73,33%. Terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita setelah diberikan intervensi, hasil uji *Mc Nemar* menunjukkan pengetahuan ($p= 0,002$) dan keterampilan ($p= 0,016$). Kesimpulan adanya pengaruh alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita.

xii + 77 hlm; 2023; 12 tabel; 3 gambar

Daftar Pustaka: 43 buah (2018 – 2022)

Kata Kunci: Balita, Alat peraga, Pemberian Makan Anak, Isi Piringku

ABSTRACT

Feeding is the main initial cause of malnutrition in toddlers caused by wrong feeding practices. One of the direct causes of stunting is food intake, so the program implemented by the government is to provide education on the Fill My Plate movement. The purpose of this education is to regulate food composition with portions that are in accordance with the recommendations. As an effort to overcome the problem of giving wrong food to children, it is necessary to carry out education to increase mother's knowledge, namely by using my plate as a media for nutrition education. This study aims to analyze the effect of education using my plate filled teaching aids on the knowledge and skills of toddler mothers regarding child feeding at the Posyandu in Ipu Mea Village. Using the type of research that is Pre-Experimental with the research design used One Group Pre Test – Post Test Design. The sample in this study were mothers with toddlers aged 0 months – 3 years, the statistical analysis used was test Mc Nemar. The results of this study showed that most of the respondents were in the age group between the ages of 19-29 by 66.67%, most of the respondents were in high school education by 53.33% and most of the respondents worked as housewives 73.33%. There was an increase in the knowledge and skills of mothers under five after being given interventions, test results Mc Nemar show knowledge ($p= 0,002$) and skills ($p= 0,016$). The conclusion is that there is an influence of my plate content props on the knowledge and skills of toddler mothers.

xii + 77 pp; 2023; 12 tables; 3 pictures

Bibliography: 43 pieces (2018 – 2022)

Keywords: Toddlers, Props, Child Feeding, Fill My Plate

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan gizi bisa terjadi pada semua kelompok umur. Balita merupakan kelompok usia yang rentan terhadap penyakit dan masalah gizi. Hal ini dikarenakan balita berada dalam masa transisi dari makanan bayi ke makanan orang dewasa (Devriany dan Wulandari, 2021). Pemberian makan adalah penyebab utama awal dari malnutrisi pada balita disebabkan oleh praktik pemberian makan yang salah (*inappropriate feeding practices*) (Hapsari *et al.*, 2019). Pemberian makan pada bayi dan anak usia 6-24 bulan harus dilakukan secara benar dan tepat (Rahmawati *et al.* 2019). Masalah *stunting* merupakan masalah baru yang berdampak negatif terhadap masalah gizi di Indonesia, karena mempengaruhi aspek fisik dan fungsional tubuh balita serta meningkatkan angka kesakitan balita, bahkan *stunting* menjadi sorotan WHO untuk segera diselesaikan (Qolbi *et al.*, 2020).

Di Indonesia tumbuh kembang anak masih perlu mendapatkan perhatian yang serius, angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan masih cukup tinggi yaitu 5 – 10% mengalami keterlambatan perkembangan umum (Sugeng *et al.*, 2019). Berdasarkan hasil SSGI tahun 2019 kasus *stunting* di Kalimantan Tengah menunjukkan angka 32,30% dan ditahun 2021 yaitu 27,4% . Salah satu lokus *stunting* di Kalimantan Tengah adalah Kabupaten

Barito Timur dengan prevalensi balita yang mengalami *stunting* menunjukkan angka 38,53% ditahun 2019 dan pada tahun 2021 yaitu 33,7%.

Salah satu penyebab langsung terjadinya *stunting* adalah asupan makanan, sehingga program yang dilaksanakan oleh pemerintah yaitu dengan pemberian edukasi gerakan “Isi Piringku”, tujuan dari edukasi ini adalah untuk mengatur komposisi makanan dengan porsi yang sesuai dengan anjuran. “Isi Piringku” adalah pedoman gizi seimbang yang dikampanyekan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sejak tahun 2017. Pada “Isi Piringku”, bukan hanya menjelaskan tentang jenis makanan saja, tetapi menekankan pada porsi aturan yang baik dikonsumsi dalam sekali makan yang dimuat dalam satu piring. Isi piringku mengajarkan 2 pesan penting yaitu keanekaragaman dan keseimbangan dalam makan (Fitriani 2021).

Sebagian besar intervensi edukasi gizi bertujuan untuk mengurangi permasalahan gizi, dengan target untuk meningkatkan perubahan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pemberian makan pada anak. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dapat dilakukan dengan memberikan edukasi atau penyuluhan (Utamingtyas *et al.*, 2020).

Media yang dapat digunakan dalam edukasi gizi yaitu dengan menggunakan alat peraga. Alat peraga adalah alat digunakan dalam pengajaran untuk menyampaikan sesuatu atau bahan ajar, karena pengetahuan setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indera sehingga pengetahuan yang diperoleh lebih jelas (Jatmika dan Safrilia, 2019).

Penelitian lain yang mendukung yaitu dalam penelitian Ade (2020), terjadi perubahan pengetahuan dan perilaku saat melakukan penyuluhan dengan menggunakan alat peraga.

Angka kecukupan gizi yang dianjurkan sering menjadi masalah bagi masyarakat, salah satunya adalah kecukupan akan vitamin dan mineral karena kurangnya pemanfaatan pangan. Desa Ipu Mea berada di Kecamatan Karusen Janang Dayu, Kabupaten Barito Timur, Provinsi Kalimantan Tengah. Mempunyai sumber daya alam cukup baik, namun ketersediaan makanan masih di Desa ini, sangat kurang. Dilihat dari keberadaan pasar yang hanya ada satu minggu sekali, dan untuk mencapai akses ke pasar besar masyarakat setempat memerlukan jarak tempuh kurang lebih 30 menit. Posyandu Sentosa adalah tempat pelayanan kesehatan terdekat yang ada di Desa Ipu Mea.

Berdasarkan latar belakang ini maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi ibu balita meliputi umur, pendidikan, dan pekerjaan
- b. Mengidentifikasi pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan
- c. Mengidentifikasi keterampilan ibu balita sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan
- d. Menganalisis pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea
- e. Menganalisis pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea.

D. Manfaat

1. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk peneliti selanjutnya serta dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran yang dijadikan bahan bacaan pada perpustakaan yang dapat digunakan oleh mahasiswa.

2. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini kiranya dapat menambah wawasan masyarakat luas mengenai pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea.

3. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman peneliti untuk mengembangkan pengetahuannya.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Pengertian Gizi Seimbang

Gizi seimbang mulai ada di Indonesia sejak tahun 1950 yang dikenalkan oleh Prof Poerwo Soedarmo beliau merupakan bapak gizi Indonesia. Dimana pada saat itu konsep gizi seimbang yaitu empat sehat lima sempurna. Tetapi seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi, konsep ini sudah tidak diperlakukan lagi di Indonesia. Maka digantikan dengan Pedoman Gizi Seimbang (PSG) yang terdiri dari makanan sehari-hari dengan kandungan zat gizi serta jumlah atau porsi yang sesuai kebutuhan tubuh (Suryana dan Rusastra, 2019). Dalam gizi seimbang ini memperhatikan empat prinsip, yaitu menu makanan yang bervariasi, pola hidup bersih, aktivitas fisik atau berolahraga, serta pemantauan berat badan. Prinsip yang digunakan dalam PSG ini menyatakan bahwa mulai dari golongan usia, jenis kelamin, kesehatan dan aktivitas fisik pada tiap golongan ini memiliki kebutuhan zat gizi yang berbeda-beda tergantung pada kondisi kelompok masing-masing dengan memperhatikan 4 pedoman gizi seimbang yaitu (Sinaga *et al.* 2022) :

a. Konsumsi makanan yang beragam

Dalam penerapannya prinsip ini berkaitan langsung dengan asupan, yang artinya dalam pemenuhan gizi yang seimbang, maka perlu

dilakukan variasi makanan dalam konsumsi setiap hari. Dalam bahan makanan apapun, tidak ada jenis makanan yang zat gizinya sempurna untuk kebutuhan gizi sehari dalam satu jenis bahan makanan saja, maka itu perlu adanya variasi bahan makanan. Untuk anak usia 0-6 bulan hanya air susu ibu yang dapat diberikan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi. Pedoman umum gizi seimbang tahun 2014, makanan yang beraneka ragam yaitu makanan dengan kandungan zat gizi yang diperlukan tubuh, baik secara kualitasnya maupun kuantitasnya. Dalam ilmu gizi dikenal dengan 3 macam zat gizi yang wajib terkandung dalam makanan, yaitu zat energi, zat pembangun dan zat pengatur. Makanan sehat harus memenuhi tiga prinsip dasar yaitu: beragam, seimbang, dan cukup komposisi yang perlu diperhatikan yaitu (Utama dan Demu, 2021):

- 1) Konsumsi buah dan sayur setiap hari
 - 2) Konsumsi sumber protein tinggi
 - 3) Makanan pokok yang bervariasi
 - 4) Membatasi konsumsi gula, garam, dan lemak
 - 5) Membiasakan sarapan
 - 6) Minum air putih yang cukup.
 - 7) Memperhatikan label pada kemasan makanan
- b. Membiasakan perilaku hidup bersih

Gizi yang seimbang akan lebih maksimal lagi jika ditunjang dengan kebersihan yang baik, yaitu dengan menerapkan perilaku

hidup bersih, misalnya menjaga kebersihan bahan makanan atau makanan yang akan dikonsumsi, mencuci tangan sebelum makan atau setelah melakukan aktivitas, menguras bak mandi, menggunakan jamban sehat atau wc yang memiliki saptic tank, tidak mengonsumsi alkohol, tidak merokok, menggunakan air bersih dan lain-lain. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah program yang digunakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam mendukung program kesehatan lingkungan (Utama dan Demu, 2021)

c. Aktifitas Fisik

Dalam setiap harinya diperlukan juga aktivitas fisik ataupun berolahraga minimal 30 menit sehari. Memantau dan mempertahankan berat badan normal, perlu dilakukannya pemantauan berat badan secara berkala dimana tujuannya untuk memonitoring yang berkaitan pada pilar-pilar gizi sebelumnya. Dimana untuk parameter yang digunakan untuk mengetahui berat badan dapat mengacu pada IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan rentang normal yaitu dari 18,5 – 25,0 pada orang dewasa. Untuk lebih memahami mengenai gizi seimbang, kita dapat melihat gambar berikut (Utama dan Demu, 2021)



Gambar 2. 1 Pedoman Gizi Seimbang
(Redaksi Sehat Negeriku, 2016)

2. Isi Piringku

Pada tahun 2017 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengeluarkan acuan tentang sajian makanan yang digunakan untuk sekali makan yang merupakan bagian dari Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) yang digunakan sampai saat ini yaitu dikenal dengan istilah ‘Isi Piringku’. Dalam Isi Piringku telah tercakup panduan makan yang sehat dan seimbang dalam satu piring, terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah. Untuk anak sangat dianjurkan setiap kali makan menerapkan gizi seimbang yaitu dengan konsumsi makanan yang beraneka ragam dan terpenuhi zat gizinya, penerapannya dapat menggunakan konsep isi piringku (Afifah *et al.*, 2022).

Porsi makan isi piringku merupakan gambaran dalam sekali makan yang komposisinya yaitu mulai dari 50% makanan pokok yang terdiri dari karbohidrat berserta lauk-pauk atau protein. Yang antara lain, 2/3 makanan

pokok, dan 1/3 untuk lauk-pauk. Selanjutnya untuk 50% lagi terdapat pada sumber zat gizi mikro yaitu buah berserta sayur, 2/3 sayur-mayur dan 1/3 buah. (Santosa *et al.*, 2022). Untuk usia anak 6 – 23 bulan dalam satu porsi isi piringku menerapkan makanan pokok 35%, protein hewani 30%, protein nabati atau kacang-kacangan 5%, sayur beserta buah-buahan 30%. Dan untuk anak yang usianya dari 2 – 5 tahun 35% makanan pokok, porsi lauk-pauk 35% dan untuk sayur berserta buah-buahan yaitu 30% (Fazrin *et al.* 2021).

Untuk balita yang berusia 6 – 8 bulan dalam sehari memerlukan $\frac{3}{4}$ porsi makanan pokok, 1 porsi lauk pauk, 1/3 porsi sayur, 1/3 porsi buah, balita berusia 9 – 11 balita dalam sehari memerlukan 1 $\frac{1}{4}$ porsi makanan pokok, 1 $\frac{1}{2}$ porsi lauk pauk, 1/3 porsi sayur, $\frac{1}{2}$ porsi buah. Usia 1 – 3 tahun dalam sehari memerlukan makanan 3 porsi makanan pokok, 4 porsi lauk hewani, 3-4 porsi lauk nabati, 2 porsi sayur dan 3 porsi buah (Kemenkes RI, 2021).



Gambar 2.2 Isi Piringku

(Kemenkes RI, 2020)

3. Pemberian Makan Pada Anak

Pola makan dan pilihan makanan pada masa anak-anak akan berpengaruh hingga ke usia dewasa, sehingga dianjurkan untuk menetapkan pola makan sesuai anjuran WHO untuk mencegah terjadinya penyakit di usia dewasa (Seward *et al.*,2018). Pemerintah Indonesia mengeluarkan pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang bertujuan sebagai pemberian makan untuk mencapai tumbuh kembang anak yang optimal serta mencegah terjadinya kekurangan gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,2019).

Pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA) tersebut dibuat sesuai dengan (WHO/UNICEF,2003) berisi empat standar PMBA diantaranya:

- a. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)
- b. ASI Eksklusif selama 6 bulan
- c. Memberikan Makanan Pendamping Asi (MPASI) mulai usia 6 bulan
- d. Melanjutkan pemberian ASI sampai anak usia 2 tahun atau lebih

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, sesaat setelah bayi lahir harus dilakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan cara melakukan kontak kulit ke kulit antara bayi dan ibunya dalam waktu minimal 1 jam setelah kelahiran. Sejak bayi lahir hingga berusia 6 bulan, bayi cukup diberikan ASI saja sebagai pemenuhan kebutuhan hidupnya yang disebut dengan ASI Eksklusif. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI

tanpa makanan apapun selain obat, vitamin, mineral dalam bentuk sirup (WHO,2013).

Bayi yang memasuki usia 6 bulan atau digenapkan dalam 180 hari mulai diperkenalkan dengan makanan pendamping ASI (MPASI). Makanan dan cairan lain mulai diberikan untuk mendampingi pemberian ASI karena pada usia 6 bulan kebutuhan bayi mulai meningkat dan ASI saja tidak lagi mencukupi kebutuhannya. Pada pemberian MPASI harus memperhatikan 4 (empat) prinsip yaitu tepat waktu, adekuat, aman, dan diberikan dengan cara yang benar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019b).

Tabel 3. 1 Pemberian Makan Anak

Usia	Tekstur makanan	Frekuensi pemberian	Jumlah sajian sekali makan
6-8 bulan	Bubur kental hingga makanan lumat	Sebanyak 2-3 kali makanan utama dan 1-2 kali makanan selingan	Fase pengenalan sebanyak 2-3 sendok kemudian ditingkatkan bertahap hingga 125 ml ($\frac{1}{2}$ mangkok)
9-11 bulan	Makanan cincang halus dan makanan yang dapat dipegang (<i>finger food</i>)	Sebanyak 3-4 kali makanan utama dan 1-2 kali selingan	125-200 ml ($\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ mangkok)
12-23 bulan	Makanan keluarga	Sebanyak 3-4 kali makanan utama dan 1-2 kali selingan	Hingga 250 ml ($\frac{1}{4}$ - 1 mangkok)
Jika tidak mendapat ASI (6-23 bulan)	Tekstur makanan disesuaikan dengan kelompok usia	Frekuensi disesuaikan dengan kelompok usia dan tambahkan 1-2 kali makanan ekstra	Jumlah sajian makan sesuai dengan kelompok usia dengan penambahan 1-2 gelas susu per hari (ukuran gelas 250 ml)

4. Media Penyuluhan

Media dalam penyuluhan adalah semua sarana yang digunakan untuk menampilkan atau menyampaikan pesan yang berupa informasi yang ingin disampaikan oleh penyuluh untuk meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan (Imelda Dan Santosa, 2022).

Alat peraga (media) berfungsi untuk membantu penyuluh kesehatan dalam menyampaikan pesan kesehatan sehingga sasaran penyuluhan mendapatkan materi dan informasi dengan jelas dan lebih terarah. Alat peraga berguna untuk meningkatkan ketertarikan penyuluh, menjangkau sasaran yang lebih luas, mengurangi hambatan penggunaan bahasa, mempercepat penerimaan informasi oleh sasaran, dan meningkatkan minat sasaran untuk menerapkan isi pesan kesehatan dalam berperilaku kesehatan (Nurmala, 2020).

Alat peraga lihat merupakan alat peraga yang memanfaatkan visual atau penglihatan. Menurut Nurmala (2020), alat peraga lihat memiliki fungsi untuk menstimulasi indra penglihatan pada saat penyampaian materi (pesan) kesehatan yang diberikan. Alat peraga lihat memiliki dua bentuk, yakni :

- a. Alat peraga (media) proyeksi, misalnya lembar transparan (*slide*) dan *film strip*.

- b. Alat peraga (media) non proyeksi, misalnya poster, peta penyebaran penyakit, bola dunia, dan boneka tangan.

Dalam penelitian Nadia *et al.* (2021) ada pengaruh penggunaan alat peraga penyuluhan terhadap pengetahuan ibu tentang pola makan balita. Menurut Ade (2020) terjadi peningkatan pengetahuan dan praktik ibu balita setelah dilakukan penyuluhan menggunakan alat peraga dalam pemanfaatan ASI dan pemberian MP ASI.

5. Pengetahuan

- a. Pengertian Pengetahuan

Pada kenyataannya pengetahuan sangatlah penting, tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar dalam hal mengambil keputusan (Devhy *et al.* 2021). Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil pengindraan manusia terhadap objek yang diamati sehingga melalui proses tersebut terjadi peningkatan pengetahuan yang baru (Pakpahan *et al.* 2020). Pengetahuan dihasilkan dari proses ingin tahu, hal ini terjadi jika individu telah melakukan penginderaan terhadap suatu sasaran tertentu. Dalam pemberian gizi, pengetahuan ibu sangat diperlukan dalam hal memberikan asupan yang baik. Dan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan pemenuhan gizi seimbang kepada anaknya, sehingga yang diharapkan tidak ada terjadi pola asuh yang salah. Mulai dari pemberian ASI Eksklusif sampai usia anak 6 bulan, konsumsi makanan yang beraneka ragam, garam

beryodium dan makanan yang mengandung zat besi (Arsyad, *et al.*, 2021).

b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

1) Umur

Menurut penelitian Sulistyowati *et al.* (2017) terdapat hubungan yang positif antara usia dengan tingkat pengetahuan ibu. Umur ibu memiliki peranan penting dalam penentuan status gizi anak, misalnya pada kejadian stunting (Dewi dan Ariani 2021).

2) Pendidikan

Pendidikan merupakan suatu proses berubahnya sikap dan tata laku seseorang atau kelompok, melalui upaya pengajaran ataupun pelatihan (Bagaskoro 2019) . Pendidikan merupakan suatu proses berubahnya sikap dan tata laku seseorang atau kelompok, melalui upaya pengajaran ataupun pelatihan (Bagaskoro 2019). Menurut Sulistyowati *et al.* (2017) tingkat pendidikan berhubungan positif dengan tingkat pengetahuan ibu. Selain itu penelitian Yuswantina *et al.* (2019) juga membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($0,000 < 0,005$) antara tingkat pendidikan dan pengetahuan. Tingkat pendidikan ibu sangat penting dan mempengaruhi pengetahuan ibu, karena pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik tidak lepas dari pengetahuan ibunya (Sulisnadewi dan Labir 2020).

3) Pekerjaan

Dalam penelitian Anjani (2018) menyatakan bahwa ibu yang tidak bekerja jauh memiliki banyak waktu daripada ibu yang bekerja, sehingga ibu balita lebih mudah mendapatkan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan. Ibu balita yang cenderung bekerja diluar memiliki waktu berinteraksi yang lebih sedikit dengan anaknya dibandingkan dengan ibu balita yang tidak bekerja, hal ini berpengaruh dalam hal pendampingan makan (Oktarindasarira 2020).

c. Cara Mengukur Pengetahuan

Hasil pengukuran pengetahuan yang merupakan hasil keseluruhan dari skor total yaitu dalam bentuk persentasi, yang selanjutnya akan dilevelkan untuk mengetahui kategorinya disebut sebagai pengetahuan dengan skala kategorial. Dalam mengukur pengetahuan dapat menggunakan skala ordinal dengan menggunakan Bloom's cut off point (Swarjana, 2022).

- 1) Kategori pengetahuan baik jika skor $\geq 80\%$ - 100%
- 2) Kategori pengetahuan kurang jika skor $< 80\%$

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Ratnawati (2018) pengetahuan ibu mengenai pola pemberian makan berhubungan dengan status gizi balita. Semakin rendah pengetahuan ibu, maka semakin rendah pula status gizi balita. Selain itu menurut Naulia et al. (2021) edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita stunting dalam pemenuhan nutrisi anaknya.

6. Keterampilan

a. Pengertian keterampilan

Keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan suatu pekerjaan dengan mudah dan cepat, keterampilan lebih mengarah pada aktivitas psikomotor seseorang (Sulistiyowati 2019). Menurut Nasihudin dan Hariyadin (2021) pendekatan keterampilan merupakan strategi mengelola kegiatan belajar mengajar dengan melibatkan pelajar secara aktif dan kreatif dalam proses memperoleh hasil pembelajaran.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Shaluhayah *et al.*(2019) sikap seorang ibu mempengaruhi keterampilan dalam memberikan makanan pada anak. Sikap ibu yang positif dalam pemberian makan sehat akan berpotensi 3 kali lebih tinggi dalam mempraktikkan pemberian makan yang sehat dibandingkan dengan ibu yang memiliki sikap negatif. Selain itu, pengetahuan seseorang juga berhubungan dengan keterampilan. Semakin baik pengetahuan seseorang mengenai hal tertentu, maka akan terampil pula orang tersebut (Fitri dan Safira 2021).

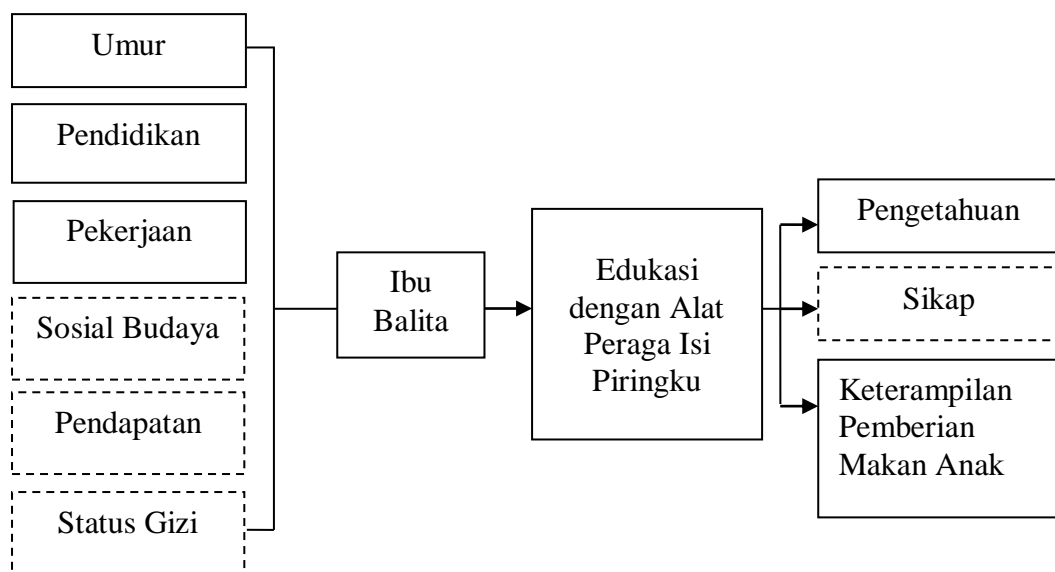
c. Cara mengukur keterampilan

Menurut Sianturi terjadi peningkatan pada skor keterampilan, setelah diberikan pelatihan (Fitriani, 2020). Keterampilan dapat diukur dengan cara mendokumentasikan pelaksanaan program, dengan merefleksikan ulang untuk melihat kualitas peningkatan (Efendi, 2020). Selain dengan

mendokumentasikan pelaksanaan, keterampilan juga dapat diukur dengan instrumen berupa kuesioner tertutup (Khayati *et al.* 2021).

Pada penelitian Badraningsih *et al.* (2019) peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusun menu, mengolah makanan, dan menyajikan makanan balita diukur dengan indikator berupa kemampuan ibu saat menyusun menu, mengolah lauk pauk, sayur, dan buah, serta menata dan menyajikan makanan dengan menarik.

B. Kerangka Konsep



Keterangan:

= Variabel yang diteliti

= Variabel yang tidak diteliti

Gambar 2. 3. Kerangka Konsep

C. Hipotesis

1. Ada pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea
2. Ada pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak di Desa Ipu Mea

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku

2. Variabel Dependen

Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Balita Tentang 'Pemberian Makan Anak

E. Definisi Operasional

1. Umur

Umur adalah lama hidup ibu yang dihitung dari sejak lahir sampai pada saat ini dan dinyatakan dalam tahun, yang di isi langsung oleh ibu pada lembar kuesioner.

Skala: Rasio

2. Pendidikan

Riwayat pendidikan terakhir yang ditempuh ibu balita atau responden, yang di isi lansung oleh ibu pada lembar kuesioner.

- a. Dasar jika SD/SMP

- b. Menengah jika SMA
- c. Tinggi jika Perguruan Tinggi

Skala: Ordinal

3. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh ibu balita untuk memperoleh penghasilan, dibuktikan melalui KK.

Kategori pekerjaan :

- a. Bekerja
- b. Tidak Bekerja

Skala : Nominal

4. Alat Peraga Isi Piringku

Alat peraga Isi Piringku adalah media dalam bentuk piring yang berisi porsi makan yang dipakai dalam sekali makan, untuk standar gizi seimbang yang berlaku. Terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, sayur beserta buah. Alat peraga isi piringku memiliki diameter sama dengan piring yang digunakan sehari-hari, untuk memudahkan ibu dalam menerapkan porsi gizi seimbang pada balita.

Skala : Nominal

5. Pengetahuan

Pengetahuan yang dimaksud adalah pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang. Pengukuran pengetahuan ibu dilakukan dengan menggunakan kuesioner berbentuk *correct-answer multiple choice*

sebanyak 20 butir. Penilaian dilakukan dengan memberikan poin 1 pada setiap butir soal. Penilaian pengetahuan menurut Swarjana (2022) dikategorikan sebagai berikut.

- a. Baik \geq 80% dari total skor
- b. Kurang $<$ 80% dari total skor

Skala : Ordinal

6. Keterampilan

Keterampilan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan ibu balita dalam pemberian makan anak sesuai “Isi Piringku”. Penilaian keterampilan dilakukan dengan menyediakan makanan lalu kemudian disusun oleh ibu balita sesuai usia balita. Yang kemudian dilakukan penilaian berdasarkan kesesuaian dan kelengkapan “Isi Piringku” yang dinilai dari 5 poin, yaitu makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. 1 poin yang sesuai kriteria penilaian dengan keterampilan ibu diberi nilai 1, yang akan dinilai pada form checklist dengan kategori penilaian sebagai berikut. Skala: Ordinal

- a. Baik \geq 80% dari total skor
- b. Kurang $<$ 80% dari total skor

Cara perhitungan skor:

$$= \frac{\Sigma \text{Skor jawaban benar}}{5} \times 100\%$$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam bidang gizi masyarakat, penelitian ini dilakukan dengan turun langsung ke lapangan. Dengan jenis penelitian yang di gunakan yaitu Pre-Eksperimental.

B. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *One Group Pre Test – Post Test Design* yaitu dengan menggunakan kelompok eksperimen saja atau tidak menggunakan kelompok kontrol.

O₁.....X.....O₂

Keterangan:

O₁ = Pengetahuan dan keterampilan ibu balita sebelum edukasi

X = Media alat peraga isi piringku

O₂ = Pengetahuan dan keterampilan ibu balita sesudah edukasi

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Yang termasuk populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu balita yang tercatat dalam Posyandu di Desa Ipu Mea yaitu, Kecamatan Karusen Janang, Kabupaten Barito Timur dengan total populasi yang diketahui 15 orang.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi yaitu sebanyak 15 orang.

Untuk memilih sampel dilakukan langkah-langkah berikut:

a. Kriteria Inklusi

- 1) Tinggal menetap dan tercatat sebagai penduduk di Desa Ipu Mea
- 2) Terdaftar sebagai ibu balita di Posyandu
- 3) Umur Balita 0 – 3 tahun
- 4) Bisa membaca dan menulis
- 5) Bersedia menjadi responden

D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

- a. Data umur, pendidikan ibu, pekerjaan diperoleh melalui pengisian angket yang dilakukan oleh responden.
- b. Data umur dan jenis kelamin balita diperoleh melalui pengisian kuesioner
- c. Untuk mengumpulkan nilai/skor dari pengetahuan ibu balita, datanya akan diperoleh melalui pengisian kuesioner yaitu pre-test dan post-test.
- d. Untuk mengumpulkan nilai/skor dari keterampilan diperoleh melalui penilaian langsung dilapangan, yang dilakukan oleh ibu balita dalam menyiapkan makan pada piring yang sesuai dengan “Isi Piringku”, kemudian di nilai menggunakan form checklist.

2. Data Sekunder

Data tentang gambaran umum wilayah desa dan posyandu yang ada di Desa Ipu Mea, Kabupaten Barito Timur.

3. Cara Pengumpulan Data

a. Persiapan

- 1) Pembuatan *Ethical Clearance* (EC) dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangka Raya yang telah mendapat persetujuan dengan No.246/VI/KE.PE/2022.
- 2) Mempersiapkan media penyuluhan, yaitu piring “Isi Piringku” yang akan digunakan sebagai medianya.
- 3) Membuat kuesioner sebagai alat ukur pengukuran pengetahuan untuk melakukan *pre-test* dan *post-test*, kuesioner berbentuk *correct-answer multiple choice* sebanyak 20 butir.
- 4) Melakukan uji normalitas pada kuesioner.
- 5) Membuat form checklist yang berbentuk tabel sebagai alat ukur pengukuran keterampilan, dengan poin-poin yang dinilai yaitu pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.
- 6) Mengurus surat izin penelitian.
- 7) Melakukan observasi di wilayah Posyandu Desa Ipu Mea.
- 8) Memastikan responden yang akan menjadi sampel.

b. Pelaksanaan

- 1) Menjelaskan tujuan, alur kegiatan, serta manfaatnya kepada para responden.
- 2) Hari pertama melakukan *pre-test* pengetahuan dan keterampilan. Untuk *pre-test* pengetahuan dilakukan dengan memberikan lembar kuesioner kepada ibu balita untuk di isi, dan untuk *pre-test* keterampilan di lakukan dengan menilai hasil dari ibu balita menyiapkan makan dengan bahan-bahan yang sudah disediakan lalu mereka menyusunnya, kemudian di nilai menggunakan form checklist, mengenai kesesuaian antara penerapannya dengan poin yang dinilai.
- 3) Hari kedua, melakukan perhitungan hasil *pre-test* pengetahuan pada kuesioner dan *pre-test* keterampilan pada form checklist.
- 4) Hari ketiga dilakukan edukasi menggunakan alat peraga “Isi Piringku”
- 5) Hari ke empat dilakukan edukasi kembali, sekaligus praktik bahan makanan langsung yang sesuai “Isi Piringku”
- 6) Hari kelima, *post-test* pengetahuan dan keterampilan
- 7) Hari keenam, menghitung hasil *post-test* pengetahuan dan keterampilan sekaligus melakukan pengecekan dan perekapan data.

E. Uji Validitas Dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan sebuah instrumen dalam penelitian. Yang masuk dalam uji validasi yaitu instrumen penelitian kuesioner pengetahuan. Uji validasi bertujuan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner dalam penelitian (Darma 2021). Validitas dalam penelitian ini menggunakan uji *person product moment*, nilai r tabel 0,339, apabila r hitung $>$ r tabel maka pertanyaan tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Digunakan untuk mengetahui suatu konsistensi instrumen, bisa atau tidaknya digunakan untuk mengukur secara konsisten dari waktu ke waktu. Untuk kriteria yang digunakan yaitu dengan melihat nilai koefisien reliabilitasnya. Jika Cronbach's Alpha $>$ 0,60 maka untuk pertanyaannya dikatakan reliable.

F. Pengolahan Dan Analisis Data

1. Pengolahan data

a. Data Pengetahuan

Data yang telah isi responden kemudian di kelompokkan kembali sesuai bagiannya agar mempermudah dalam memasukan data untuk kemudian dilakukan analisis.

- 1) Entri data, proses memasukan data responden dari proses pengisian kuesioner
- 2) Editing, proses pengecekan kembali data-data yang sudah di isi oleh responden pada kuesioner, dengan memeriksa data kuesioner yang belum terisi atau ada terdapat jawaban yang belum jelas.
- 3) Skoring, proses memberikan nilai pada hasil kuesioner yang telah diisi oleh responden. Untuk jumlah skor pengetahuan 20, benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0.
- 4) Koding
Proses pemberian kode pada hasil jawabannya kuesioner agar mempermudah dalam analisis data.
- 5) Analisis data
Proses menganalisis data hasil kuesioner untuk melihat pengaruh dari pelaksanaan penelitian secara statistik menggunakan program lunak komputer yaitu SPSS.
- 6) Tabulasi
Proses pemasukan data yang telah di analisis dan diproses untuk selanjutnya dimasukkan kedalam tabel.

b. Data keterampilan

Data keterampilan diperoleh dari penilaian pada form checklist.

- 1) Penilaian, yaitu dengan menilai pratik langsung yang dilakukan oleh ibu balita dalam menyiapkan makan, yang dinilai pada form checklist.

- 2) Mengkategorikan hasil, hasil penilaian selanjutnya dikategorikan masuk ke dalam kelompok terampi atau tidak terampil.
- 3) Entri data, data di masukkan kedalam sppss.
- 4) Analisis data, data dianalisis untuk melihat pengaruh penggunaan alat peraga “Isi Piringku” terhadap keterampilan ibu balita.

2. Analisis data

a. Analisis univariat

Analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel dengan pada masing-masing variabel, mulai dari umur, pendidikan ibu, pekerjaan, data pengetahuan dan data keterampilan.

b. Analisis bivariat

Variabel yang dianalisis pada uji bivariat yaitu melihat pengaruh pengetahuan dan keterampilan saat sebelum dan sesudah edukasi dilaksanakan dengan menggunakan Uji *Mc Nemar*.

Dasar pengambilan keputusan yaitu: jika nilai $p \leq 0,05$ maka Hipotesis diterima atau ada pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, jika $p > 0,05$ maka Hipotesis ditolak atau tidak ada pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Dayu berada di Desa Dayu kecamatan Karusen Janang, Kabupaten Barito Timur, terdiri dari 8 wilayah kerja antaralain:

Tabel 4. 1 Nama Posyandu Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Dayu

No	Desa	Nama Posyandu
1	Dayu	Posyandu Desa Dayu
2	Simpang Naneng	Posyandu Riwu Wulan
3	Kandris	Posyandu Desa Kandris
4	Putut Tawuluh	Posyandu Desa Tawuluh
5	Puruwiyen	Posyandu Desa Puruwiyen
6	Lagan	Posyandu Desa Lagan
7	Wuran	Posyandu Desa Wuran
8	Ipu Mea	Posyandu Sentosa

Desa Ipu Mea memiliki luas wilayah yaitu 27 km² yang jumlah penduduknya 522 orang dengan kepadatan wilayah 19,3 jiwa per km². Desa Ipu Mea memiliki cakupan 4 RT dan 1 RW. Infrastruktur dan layanan kesehatan yang tersedia di desa ini antara lain, posyandu dan polindes.

Posyandu yang ada di desa Ipu Mea merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Dayu, bernama Posyandu Sentosa. Posyandu inilah yang menjadi tempat penelitian dilaksanakan, Posyandu Sentosa memiliki jumlah ibu balita sebanyak 15 orang per bulan maret 2023.

Posyandu Desa Ipu Mea di bawah naungan 1 bidan desa dan 1 ahli gizi puskesmas wilayah kerja Posyandu Desa Ipu Mea, dan kader ada 4 orang.

Kegiatan Posyandu bulanan biasanya diadakan setiap tanggal 15, dan posyandu ini bekerjasama dengan lintas sektor yaitu adanya pelatihan kader yang dilaksanakan oleh pihak wilayah kerja Puskesmas Dayu pertriwulan serta kerjasama lintas program yaitu adanya penyuluhan pada saat kegiatan posyandu.

B. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan Dan Pekerjaan

Berdasarkan jumlah responden penelitian yaitu dilakukan pada 15 ibu balita yang menjadi sampel sesuai dengan kriteria.

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan Dan Pekerjaan

Kategori	n	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
19 – 29	10	66,67
30 – 49	5	33,33
Pendidikan		
SD	3	20
SMP	3	20
SMA	8	53,33
Sarjana	1	6,67
Pekerjaan		
Bekerja	4	26,67
Tidak Bekerja	11	73,33

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa responden terbanyak di Posyandu Desa Ipu Mea berumur dari 19 – 29 tahun yaitu persentasi 66,67%. Umur ibu memiliki peranan penting dalam penentuan status gizi anak, misalnya pada kejadian stunting (Dewi dan Ariani 2021). Ibu balita dengan umur dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun (umur berisiko) memiliki peluang lebih besar untuk memiliki balita berstatus gizi kurang

atau buruk dibandingkan dengan ibu balita berumur 20 – 35 tahun (Rahma *et al.*, 2020). Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa kategori umur ibu balita masuk kedalam Wanita Usia Subur (WUS). Menurut Rikesdas tahun 2018 bahwa kategori Wanita Usia Subur (WUS) mulai dari umur 15 – 49 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan selain umur, pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti media massa, karena semakin canggihnya teknologi saat ini dapat memberikan informasi yang luas seputar apapun termasuk pola asuh anak, resep makan, dan berbagai informasi mengenai gizi.

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa responden terbanyak dengan pendidikan lulusan SMA yaitu 53,33%. Tingkat pendidikan ibu sangat penting dan mempengaruhi pengetahuan ibu, karena pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik tidak lepas dari pengetahuan ibunya (Sulisnadewi dan Labir 2020). Dengan semakin tingginya tingkat pendidikan ibu akan memudahkan penyerapan informasi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, yang akan membantu ibu balita dalam mengambil keputusan untuk memberikan makanan yang terbaik pada anaknya (Anggraeni *et al.*, 2021).

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa responden terbanyak yaitu sebagai ibu rumah tangga yaitu 73,33%. Ibu balita yang cenderung bekerja diluar memiliki waktu berinteraksi yang lebih sedikit dengan anaknya dibandingkan dengan ibu balita yang tidak bekerja, hal ini berpengaruh dalam hal pendampingan makan (Oktarindasarira 2020).

2. Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Pelaksanaan *pre-test* dilakukan untuk mengetahui pengetahuan ibu balita tentang pemberian makan pada anak yang dilakukan sebelum diberikan intervensi, dan *post-test* dilakukan untuk mengetahui pengetahuan ibu balita setelah diberikan intervensi.

Tabel 4.3 Rata-Rata Skor Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi

Waktu Intervensi	Skor Pengetahuan			
	Mean	Min.	Maks.	Std. Deviasi
Sebelum Intervensi	69,00	50	85	11,052
Sesudah Intervensi	83,00	70	100	8,409

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata *pre-test* pengetahuan adalah 69,00. Sedangkan nilai median rata-rata pada *post-test* adalah 83,00.

Tabel 4.4 Persentase Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi

Kategori	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	n	%	n	%
Baik	5	33,33	12	80
Kurang	10	66,67	3	20
Total	15	100	15	100

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa pada hasil *pre-test* sebanyak 10 orang reponden (66,67%) dengan pengetahuan kurang <80%. Setelah dilakukan *post-test* terjadi peningkatan yaitu sebanyak 12 orang responden (80%) pengetahuannya $\geq 80\%$.

Tabel 4. 5 Penjabaran Butir Pertanyaan Pengetahuan

No.	Variabel Pengetahuan	Skor		Keterangan
		Pre Test (%)	Post Test (%)	
1	Apa yang anda ketahui tentang ASI Eksklusif	80	93,33	Meningkat
2	Sampai umur berapa anak diberikan Asi Eksklusif	80	93,33	Meningkat
3	Untuk memantau pertumbuhan anak agar tidak terjadi permasalahan gizi, setiap berapa kali anak perlu di timbang	66,67	86,67	Meningkat
4	Dalam pemberian makan, kita perlu memperhatikan prinsip gizi seimbang, porsi bagaimana kah yang termasuk dalam gizi seimbang	60	73,33	Meningkat
5	Bagaimana pemberian makan dalam sehari	73,33	93,33	Meningkat
6	Untuk anak berusia 9 bulan, bentuk makanan seperti apa yang cocok diberikan	60	80	Meningkat
7	MP ASI (Makanan Pendamping ASI) diberikan setelah anak berusia	80	86,67	Meningkat
8	<i>Finger food</i> (makanan yang dapat dipegang) dapat diberikan pada anak dengan kelompok usia berapa	60	86,67	Meningkat
9	Dalam pemberian MP ASI anak usia 6 – 8 bulan, dalam sehari berapa makanan pokok yang diperlukan dalam ukuran rumah tangga	66,67	86,67	Meningkat
10	Prinsip gizi seimbang yang di gunakan di Indonesia saat ini yaitu	73,33	80	Meningkat
11	Dalam porsi makan satu piring, berapa takaran makanan pokok dalam sekali makan	86,67	93,33	Meningkat
12	Apa makanan yang merupakan sumber zat besi	86,67	86,67	Meningkat
13	Kacang merah merupakan kelompok jenis makanan apa	53,33	73,33	Meningkat
14	Untuk kelompok anak yang berusia di atas 12 bulan, dapat diberikan dengan bentuk makanan	66,67	93,33	Meningkat
15	Contoh dari makanan pokok adalah	66,67	86,67	Meningkat
16	Sumber makanan lauk nabati adalah	60	73,33	Meningkat
17	Sumber vitamin dan mineral adalah	60	73,33	Meningkat
18	Makanan yang boleh diberikan bagi anak yang berusia 0 – 6 bulan adalah	80	80	Tetap
19	Anak berusia 7 bulan dapat diberikan buah pisang dalam bentuk	66,67	73,33	Meningkat
20	Anak berusia 2 tahun dapat diberikan daging ayam, dalam bentuk	53,33	73,33	Meningkat

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa ada peningkatan jawaban benar hasil *pre test* dan *post test* dari pertanyaan yang diajukan setelah dilakukan *post test*.

Dari 20 butir pertanyaan, ada satu pertanyaan dengan skor tetap yaitu pada saat dilakukan *pre test* dan *post test* nilainya sama. Pada bagian pertanyaan ke 13 yaitu tentang jenis makanan kacang merah masuk kelompok jenis apa dan pertanyaan ke 20 yaitu pertanyaan mengenai bentuk makanan yang diberikan pada anak yang usianya 2 tahun. Dari dua pertanyaan ini mempunyai skor atau nilai terendah yang di jawab benar oleh ibu balita. Hal ini dilihat dari hasil skor pada saat *pre-test* pertanyaan ke 13 dan ke 20 skornya adalah 55,33% yang menjawab benar. Hal ini dapat juga dipengaruhi oleh kurangnya penekanan atau pengulangan dalam menjelaskan tentang isi dari pertanyaan ke 13 dan pertanyaan ke 20 saat dilakukan intervensi.

Kurangnya pengetahuan responden mengenai jenis makanan antara karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang masih kurang. Hal ini dipengaruhi oleh kurang keterpaparan informasi mengenai zat gizi beserta fungsinya untuk tubuh. Hal inilah yang dapat menjadi penyebab dalam kurang tepatnya pemberian makan pada anak. Pertanyaan lain yang sulit dijawab oleh responden yaitu pertanyaan mengenai jenis kelompok makanan yang sesuai usia anak, masih ada beberapa responden yang belum mengetahuinya mengenai teksturnya sesuai kelompok umur. Sehingga saat

menjawab kuesioner yang diberikan, ada beberapa responden yang menjawab salah.

Pengetahuan baik tentang gizi akan mendukung sikap serta praktik berpengaruh pada perilaku ibu dalam pemberian makan kepada anaknya agar mencapai derajat kesehatan yang baik (Fauzi dan KM 2020).

3. Keterampilan Responden Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Pre-test keterampilan dilakukan untuk mengetahui bagaimana penerapan responden dalam pemberian makan, dan *post-test* keterampilan dilakukan untuk mengetahui pemahaman responden dalam menerapkan materi dan demonstrasi yang telah diberikan dalam memberikan makan.

Tabel 4.6 Rata-Rata Skor Keterampilan Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi

Waktu Intervensi	Skor Keterampilan			
	Mean	Min.	Maks.	Std. Deviasi
Sebelum Intervensi	69,00	50	85	11,052
Sesudah Intervensi	83,00	70	100	8,409

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata *pre-test* keterampilan adalah 69,00. Sedangkan pada *post-test* keterampilan adalah 83,00.

Tabel 4.7 Persentase Keterampilan Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi

Kategori	Pre-Test		Post-Test	
	N	%	f	%
Terampil	5	33,33	15	100
Tidak Terampil	10	66,67	0	0
Total	15	100	15	100

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dilihat bahwa pada hasil *pre-test* yaitu sebanyak 10 orang (66,67%) responden tidak terampil, skornya <80%. Dan pada saat dilakukan *post-test* terjadi peningkatan menjadi 100% responden yang terampil.

Penilaian keterampilan ibu balita yaitu menilai dari penerapan makanan komposisi makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, sayur dan buah. Selama dilakukan pengamatan pada saat sebelum di intervensi, dilakukan *pre-test* keterampilan masih ada beberapa ibu balita yang belum tepat menerapkan porsi makanan pokok, sayur serta lauk hewani yang tidak sesuai dengan anjuran porsi standar isi piringku.

C. Analisis Bivariat

1. Analisis Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Edukasi Tentang Pemberian Makan Anak

Seseorang dengan pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku yang baik pula, begitu juga dalam penerapan pemberian makan untuk anak (Susanti 2020).

Tabel 4. 8 Hasil Uji Statistik Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan

Variabel	Jenis Uji	Sig	Keterangan
Pengetahuan	Uji <i>Mc Nemar</i>	0,016	Ada Pengaruh

Sumber: Hasil Penelitian

Pengujian data statistik dilakukan dengan menggunakan uji *Mc Nemar* yang menunjukkan nilai $p=0,016$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan tentang pemberian makan anak.

Selama dilakukan intervensi responden dapat menerima dan menyerap materi yang diberikan tentang pemberian makan anak. Skor pengetahuan pada responden mengalami peningkatan dikarenakan adanya keseriusan responden untuk menerima informasi dengan baik saat dilaksanakannya intervensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian berjudul “Pengaruh pemberian pendidikan gizi tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan masyarakat kampung Kalisusu Kabupaten Nabire” menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara hasil dari *pre-test* dan *post-test* ($p=0,002<0,05$) artinya terjadi peningkatan setelah diberikan penyuluhan (Ibrahim et al., 2022). Didukung oleh penelitian serupa yang dilakukan oleh Ussyifa (2022) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang *stunting* dan status gizi pada ibu anak usia pra sekolah yang dilakukan dengan media edukasi gizi alat peraga.

2. Analisis Pengaruh Demonstrasi Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Keterampilan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi

Tabel 4.9 Hasil Uji Statistik Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan

Variabel	Jenis Uji	Sig	Keterangan
Keterampilan	Uji <i>Mc Nemar</i>	0,002	Ada Pengaruh

Sumber: Hasil Penelitian

Pengujian data statistik dilakukan dengan menggunakan uji *Mc Nemar* yang menunjukkan nilai $p=0,002$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan menggunakan alat peraga isi piringku terhadap keterampilan ibu balita.

Pemberian intervensi yang dilakukan yaitu pemberian informasi mengenai isi piringku, menjelaskan mengenai macam-macam zat gizi, praktik menyusun menu dalam piring yang dimulai dari makanan pokok, sayur, buah, lauk nabati dan lauk hewani. Keterampilan responden meningkat disebabkan karena partisipasi responden yang tinggi untuk mau belajar dalam praktik pemberian makanan yang dilaksanakan. Responden sangat antusias saat dilakukan praktik menyusun bahan makanan dipiring yang sesuai prinsip isi piringku, serta keaktifan responden dalam bertanya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian “Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan praktik ibu baduta dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI)” yang terdapat adanya pengaruh pada praktik ditandai hasil $p=0,0031<0,05$ yaitu adanya peningkatan antara saat *pre-test* dan *post-test* yang menggunakan uji *Mc Nemar* (Susilowardani dan Budiono

2022). Didukung lagi dengan penelitian yang serupa yaitu adanya pengaruh penggunaan alat peraga sebagai media penyuluhan tentang pemanfaatan ASI dan pemberian MP ASI terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik yang dilakukan oleh Nadia *et al.* (2021).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden terbanyak berusia dari 19 – 29 tahun adalah 66,67%, sebagian besar pendidikan responden terbanyak SMA dengan persentase 53,33%, dan sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan persentase 73,33%.
2. Nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi yaitu 69,00 dan setelah diberikan intervensi yaitu 83,00.
3. Nilai rata-rata keterampilan responden sebelum diberikan intervensi yaitu 69,00 dan keterampilan responden sesudah diberikan intervensi yaitu 83,00.
4. Ada pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap pengetahuan ibu balita tentang pemberian makan anak ($p=0,016$).
5. Ada pengaruh penggunaan alat peraga isi piringku terhadap keterampilan ibu balita tentang pemberian makan anak ($p=0,002$).

B. Saran

1. Bagi UPT Puskesmas Dayu dapat memberikan masukan masalah, hasil penelitian ini yang akan dibutuhkan dalam kesiapannya untuk memberikan penyuluhan bagi masyarakat diwilayah kerja UPT Puskesmas Dayu.
2. Bagi kader posyandu diharapkan dapat memanfaatkan demonstrasi isi piringku, supaya selanjutnya dapat digunakan oleh kader untuk membantu

dalam mengedukasi agar meningkatkan pengetahuan ibu balita yang ada di Desa Ipu Mea.

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberbanyak variasi contoh isi piringku, yang lebih kreatif dan menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian MP-ASI Ade. *J. Ilmu Gizi Indones. ISSN.* 1(1):38–46.
- Anggraeni LD, Toby YR, Rasmada S. 2021. Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Heal. J.* 8(02):92–101.
- Badraningsih L, K K, Hamidah S, Sugiyono, M E. 2019. Peningkatan Kemampuan Ibu Dalam Penataan Menu Sehat Balita Untuk Mencapai Status Kesehatan Prima Di Rejowinangun. *J. PPM.*
- Bagaskoro. 2019. *Pengantar Teknologi Informatika Dan Komunikasi Data.* Yogyakarta: Deepublish.
- Choirul Anna Nur Afifah SPMS, Amalia Ruhana SPMPH, Cleonara Yanuar Dini SGMSRD, Satwika Arya Pratama SGMS, dr. Endang Sri Wahyuni MK, Dra. Siti Sulandjari MS. 2022. *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan.*
- Darma B. 2021. *STATISTIKA PENELITIAN MENGGUNAKAN SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2).* GUEPEDIA.
- Devhy NLP, Dewi PDPK, Rismayanti IDA, Ferni EN, Nababan S, Rangga YPP, Fuady I, Aryawan KY, Putra GNW, Baba WN, *et al.* 2021. *Pendidikan Dan Promosi Kesehatan.* Media Sains Indonesia.
- Devriany A, Wulandari DA. 2021. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang “Isi Piringku” dengan Kejadian Stunting Anak Balita Usia 12-59 Bulan. *J. Kesehat.* 12(1):17.doi:10.26630/jk.v12i1.2348.
- Dewi NWEF, Ariani NKS. 2021. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Menurunkan Resiko Stunting Pada Balita di Kabupaten Gianyar. *Menara Med.* 3(2).
- Fatwa Imelda SKNMB, Drs. Heru Santosa MS, Indonesia MS. 2022. *Strategi Cegah Kanker Serviks dengan Aplikasi GBKS (Grup Bebas Kanker Serviks).* Jakarta: Media Sains Indonesia.
- Fauzi M, KM S. 2020. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Balita dengan Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas X Kabupaten Indramayu. Di dalam: *JURNAL SEMINAR NASIONAL.* Vol. 2. hlm. 9–15.
- Fazrin I, Anggraeni S, Saputro H, Yalastyarini EA. 2021. *Edukasi gizi, tumbuh kembang, pijat anak menggunakan metode demonstrasi audiovisual pada kader masa pandemi Covid19 (monograf).* STRADA Press.
- Ferry Efendi M. 2020. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan.* Ferry Efendi.
- Fitri AD, Safira NNA. 2021. HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KETERAMPILAN PENULISAN RESEP PADAMAHASISWA TAHAP PERSIAPAN PROFESI FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS JAMBI. *JAMBI Med. J.* 9(3).
- Fitriani A. 2021. Education of My Plate for Teacher and Parents in order to increase Food Diversity from Fruits and Vegetables among Elementary School Children in Jakarta. *J. Indep. Community.* 5(5):2755–2769.

- Fitriani A, Purwaningtyas DR. 2020. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu dalam Pengukuran Antropometri di Kelurahan Cilandak Barat Jakarta Selatan. *J. SOLMA*. 9(2):367–378.doi:10.22236/solma.v9i2.4087.
- Gusman Arsyad SSTMK, Niluh Nita Silfia SSTMK, Faina STK. 2021. *PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MPASI) (Tinjauan Melalui Emotional Demonstration, Pengetahuan dan Sikap Ibu)*. Penerbit Adab.
- Hapsari Windayanti, Masrurroh C. 2019. Pemberian Informasi Tentang Pemberian Makan Bayi dan Anak Usia 0–24 Bulan. *Indones. J. Community Empower*. 1(1):23–28.
- I Ketut Swarjana SKMMPHDPH. 2022. *KONSEP PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU, PERSEPSI, STRES, KECEMASAN, NYERI, DUKUNGAN SOSIAL, KEPATUHAN, MOTIVASI, KEPUASAN, PANDEMI COVID-19, AKSES LAYANAN KESEHATAN -- LENGKAP DENGAN KONSEP TEORI, CARA MENGUKUR VARIABEL, DAN CONTOH KUESIONER*. Penerbit Andi.
- Ibrahim NSI, Al-faida N, Boli EB. 2022. Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi tentang Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan Masyarakat Kampung Kalisusu Kabupaten Nabire. *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*. 22(2):827–830.
- Ira Nurmala SKMMPH. 2020. *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.
- Jatmika SED, Safrilia FE. 2019. Perbedaan Edukasi Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Sd Menggunakan Metode Ceramah Dengan Alat Peraga Dan Media Audiovisual. *Gizi Indones*. 42(1):53.doi:10.36457/gizindo.v42i1.396.
- Khayati N, Nurhidayati L, Rejeki S, Machmudah, Hidayati E. 2021. PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU BEKERJA DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF. *J. Keperawatan dan Kesehat. Masy*. 10(3).doi:https://doi.org/10.31596/jcu.v10i3.834.
- Lalu Juntra Utama SSTMS, Yohanes Don Bosko Demu SKMMPH, Indonesia MS. 2021. *Dasar-Dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah*. Media Sains Indonesia.
- Nasihudin, Hariyadin. 2021. Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *J. Pendidik. Indones*. 2(4).doi:https://doi.org/10.36418/japendi.v2i4.150.
- Naulia RP, Hendrawati, Saudi L. 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *J. ILMU Kesehat. Masy*. 10(2):95–101.
- Oktarindasarira Z. 2020. Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tapin Utara Tahun 2020.
- Pakpahan M, Hutapea AD, Siregar D, Frisca S, Sitanggang YF, Manurung E, Pranata L, Daeli NE, Koerniawan D, Pangkey BCA, *et al*. 2020. *Keperawatan Komunitas*. Yayasan Kita Menulis.
- Prof. Drs. Heru Santosa MS, Fatwa Imelda SKNSMB, Rerung RR, Indonesia MS. 2022. *Kebutuhan Gizi Berbagai Usia*.
- Qolbi PA, Munawaroh M, Jayatmi I. 2020. Hubungan Status Gizi Pola Makan dan


- Peran Keluarga terhadap .:167–175.
- Rahma RYD, Sholichah F, Hayati N. 2020. Karakteristik Ibu dan status gizi balita menurut BB/U di Desa Tambakan Kecamatan Gubug kabupaten grobogan tahun 2019. *J. Nutr. Coll.* 9(1):12–19.
- Rahmawati SM, Madanijah S, Anwar F, Kolopaking R. 2019. Konseling Oleh Kader Posyandu Meningkatkan Praktik Ibu Dalam Pemberian Makan Bayi Dan Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagelaran, Kecamatan Ciomas, Bogor, Indonesia. *Gizi Indones.* 42(1):11.doi:10.36457/gizindo.v42i1.379.
- Sari M, Ratnawati L. 2018. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balitadi Wilayah Kerja Puskesmas Gapura Kabupaten Sumenep. *Amerta Nutr.:*182–188.doi:DOI : 10.2473/amnt.v2i2.2018.182-188.
- Shaluhayah Z, Kusumawati A, Widjanarko B, Husodo BT. 2019. Pengetahuan, sikap dan praktik ibu dalam pemberian makanan sehat keluarga di Kota Semarang. *J. Gizi Indones.* 8(2):92–101.
- Sinaga TR, Hasanah LN, Shintya LA, Faridi A, Kusumawati I, Koka EM, Sirait A, Harefa K, Karim A. 2022. *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sugeng HM, Tarigan R, Sari NM. 2019. Gambaran Tumbuh Kembang Anak pada Periode Emas Usia 0-24 Bulan di Posyandu Wilayah Kecamatan Jatinangor. *Jsk.* 4(3):96–101.
- Sulisnadewi NLK, Labir IK. 2020. Implementasi Kelas Ibu Balita dalam Meningkatkan Kemampuan Ibu dalam Memberikan Stimulasi Tumbuh Kembang Anak di Kecamatan Sukawati. *J. Pengabmas Masy. Sehat.* 2(1):45–52.
- Sulistiyowati A, Putra WKR, Umami R. 2017. Hubungan Antara Usia Dan Tingkat Pendidikan Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Hamil Di Poli Kandungan RSUD Jasem, Sidoarjo. *Nurse Heal.* 6(2):40–43.
- Sulistiyowati E. 2019. Meningkatkan keterampilan dan hasil belajar bahasa indonesia tentang menulis surat resmi melalui contextual teaching and learning (CTL) pada siswakesel VI SD 6 getassrabi. *Inopendas J. Ilm. Kependidikan.* 2(1):1–8.
- Suryana A, Rusastra IW. 2019. *Ketahanan Pangan dan Gizi Nasional Berkelanjutan : Kebijakan dan Capaian*. PT Penerbit IPB Press.
- Susanti R. 2020. Hubungan Pengetahuan Ibu Balita dengan Perilaku Kunjungan Balita Ke Posyandu. *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.* 11(2):236–241.
- Susilowardani AI, Budiono I. 2022. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Ibu Baduta Dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP ASI). *Indones. J. Public Heal. Nutr.* 2(2):131–136.
- Ussyifa I. 2022. PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG STUNTING DAN STATUS GIZI PADA IBU ANAK USIA PRASEKOLAH.
- Utaminingsyas F, Royhan Padangsidimpuan A. 2020. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga Effectiveness of Health


Education on the Level of Maternal Knowledge on Balanced Nutrition for Under-Five Children . *Med. (Media Inf. Kesehatan)*. 7(1):171.

Yuswantina R, Dyahariesti N, Sari NLF, Sari EDK. 2019. Hubungan Faktor Usia dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Penggunaan Antibiotik di Kelurahan Sidorejo Kidul. *Indones. J. Pharm. Nat. Prod.* 2(1).

LAMPIRAN

1. Persetujuan Etik Penelitian Kesehatan

 **KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLTEKES KEMENKES PALANGKA RAYA
Sekretariat :
Jalan G. Obos No. 30 Palangka Raya 73111 – Kalimantan Tengah



PERSETUJUAN ETIK PENELITIAN KESEHATAN
Nomor: 246/VI/KE.PE/2022

Judul Protokol Penelitian : Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea

Dokumen yang Disetujui dan Versi Dokumen : 1. Protokol Penelitian versi 03 2022
2. *Information for Subjects* versi 03 2022
3. Formulir *Informed Consent* versi 03 2022

Peneliti Utama : Septiani Lukas Mayun

Peneliti Pendamping : -


Tanggal Persetujuan : 28 Juni 2022
(Berlaku selama satu tahun mulai dari tanggal persetujuan)

Lembaga/Lokasi Penelitian : Desa Ipu Mea, Kecamatan Karusen Janang, Kabupaten Barito Timur


Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya menyatakan bahwa dokumen di atas memenuhi prinsip etik yang telah diuraikan dalam Pedoman Internasional dan Nasional tentang standar dan prosedur etik penelitian dengan manusia.

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya berhak untuk memantau kegiatan penelitian setiap saat.

Peneliti wajib menyerahkan :
 Laporan dari setiap efek samping serius yang ditimbulkan


Yeni Lucin S. Kep., MPH
Yeni Lucin S. Kep., MPH
Ketua KEPK

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN
DAN PENELITIAN PENGEMBANGAN DAERAH**
Jalan Jenderal Achmad Yani Km.09 Dusun Longkang – Desa Jaar
TAMIANG LAYANG 73611

IJIN PENELITIAN
Nomor : 050 / 87 / IV / Baplitbangda / 2023

Membaca : Surat Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangka Raya
Nomor : LB.02.03 / 1 / 4230 / 2023
Perihal : Mohon ijin mengadakan penelitian/observasi
Mengingat :

1. UU No. 11 Tahun 2019, tentang Sistem Nasional Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
2. Permendagri No. 33 Tahun 2007, tentang Pedoman Penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah
3. Peraturan Gubernur Kalimantan Tengah No. 12 Tahun 2015 tentang Perubahan atas Peraturan Gubernur No. 59 tahun 2008 tentang Tata Cara Pemberian Izin Penelitian atau Pendataan Bagi Setiap Instansi Pemerintah Maupun Non Pemerintah.

Memberikan Izin Kepada : **SEPTIANI LUKAS MAYUN**
NIM : **PO.62.31.3.19.321**
Mahasiswa : **JURUSAN GIZI POLTEKES KEMENKES
PALANGKA RAYA**

Akan Melaksanakan Penelitian yang berjudul : **PENGARUH PENGGUNAAN ALAT PERAGA ISI
PIRINGKU TERHADAP PENGETAHUAN DAN
KETERAMPILAN IBU BALITA TENTANG
PEMBERIAN MAKANAN ANAK DI DESA IPU MEA**

Lokasi : **POSYANDU DESA IPU MEA**

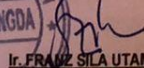
Dengan Ketentuan Sebagai Berikut

- a. Setibanya Peneliti di tempat Lokasi Penelitian harus melaporkan diri kepada Pejabat berwenang setempat;
- b. Hasil Penelitian ini disampaikan kepada Bidang Litbang dan Ekonomi Baplitbangda Kabupaten Barito Timur sebanyak 1 (satu) eksemplar;
- c. Surat Ijin penelitian ini agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu dan dapat mengganggu kesetabilan Pemerintah, tetapi hanya digunakan untuk keperluan ilmiah;
- d. Surat Ijin Penelitian ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila Peneliti tidak memenuhi ketentuan-ketentuan pada butir a, b dan c tersebut diatas;
- e. Surat Ijin Penelitian ini berlaku sejak diterbitkan dan berakhir tanggal 02 Juni 2023.

Demikian Surat Ijin Penelitian ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Tamiang Layang
Pada tanggal : 02 Maret 2023

An. Bupati Barito Timur
KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN
DAN PENELITIAN PENGEMBANGAN DAERAH
KABUPATEN BARITO TIMUR,


Ir. FRANZ SILA UTAMA, M.AP
Pembina Utama Muda / IVc
NIP.19670222 199308 1 001

Tembusan disampaikan kepada kepada Yth :

1. Bupati Barito Timur di Tamiang Layang (sebagai laporan)
2. Sekretaris Daerah Kabupaten Barito Timur di Tamiang Layang
3. Kepala Badan Kesbangpol dan Linmas Kabupaten Barito Timur di Tamiang Layang
4. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Palangka Raya
5. Arsip.

Lampiran 3. Pernyataan Kesiediaan Responden

Pernyataan Kesiediaan Menjadi Reposden

Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Saya dengan ini menyatakan kesediaan saya menjadi responden dalam penelitian Skripsi yang dilakukan oleh **Septiani Lukas Mayun (Po.62.31.3.19.321)** berjudul **“Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea”**. Dari awal penelitian sampai akhir penelitian dan akan menjalankan sebaik-baiknya tanpa ada rasa paksaan dari pihak manapun.

Ipu Mea, Maret 2023

Responden,

Peneliti,

()

(Septiani Lukas Mayun)

Lampiran 4. Media Penyuluhan



Lampiran 5. Kuesioner *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan

Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Pada Anak

Di Desa Ipu Mea

Nama Lengkap Ibu	:	
Usia Ibu	:	
Nama Lengkap Anak	:	
Usia Anak	:	
RT/RW/Dusun	:	
Nama Posyandu	:	
Desa/Kecamatan	:	Ipu Mea/Karusen Janang
Kabupaten	:	Barito Timur
Provinsi	:	Kalimantan Tengah
Pekerjaan Ibu	:	Bekerja/Tidak bekerja (*coret bagian yang tidak)
Pendidikan terakhir	:	
Suku	:	
Nomor Hp/ <i>WhatsApp</i>	:	

Nama Enumerator : Septiani Lukas Mayun

Instansi : Poltekkes Palangka Raya

Nomor Telepon : 082150139355

Tanggal Pengambilan Data :

Pengetahuan Ibu

1. Apa yang anda ketahui tentang ASI Eksklusif ...
 - A. Pemberian Air Susu Ibu sampai anak berusia 6 bulan dan tidak boleh memberikan makanan apapun selain ASI, kecuali obat-obatan yang direkomendasikan dokter
 - B. Pemberian Air Susu Ibu sampai anak berusia 12 bulan dan tidak boleh memberikan makanan apapun selain ASI, kecuali obat-obatan yang direkomendasikan dokter
 - C. Pemberian Air Susu Ibu sampai anak berusia 9 bulan dan tidak boleh memberikan makanan apapun selain ASI, kecuali obat-obatan yang direkomendasikan dokter
2. Sampai umur berapa anak diberikan Asi Eksklusif ...
 - A. < 6 bulan
 - B. 6 bulan
 - C. > 6 bulan
3. Untuk memantau pertumbuhan anak agar tidak terjadi permasalahan gizi, setiap berapa kali anak perlu di timbang ...
 - A. 1 bulan sekali
 - B. 3 bulan sekali
 - C. 6 bulan sekali
4. Dalam pemberian makan, kita perlu memperhatikan prinsip gizi seimbang, porsi bagaimana kah yang termasuk dalam gizi seimbang ...
 - A. Terdiri dari makanan pokok, lauk pauk hewani nabati, sayur, dan buah
 - B. Terdiri dari makanan pokok, lauk pauk nabati, sayur, dan buah
 - C. Terdiri dari makanan pokok, lauk pauk hewani, sayur, dan buah
5. Bagaimana pemberian makan dalam sehari ...
 - A. Makan utama 2 kali, selingan 2 kali
 - B. Makan utama 3 kali, selingan 4 kali
 - C. Makan utama 3 kali, selingan 2 kali
6. Untuk anak berusia 9 bulan, bentuk makanan seperti apa yang cocok diberikan ...

- A. Cincang
 - B. Saring
 - C. Makanan keluarga
7. MP ASI (Makanan Pendamping ASI) diberikan setelah anak berusia ...
- A. 3 Bulan
 - B. 6 bulan
 - C. 9 bulan
8. *Finger food* (makanan yang dapat dipegang) dapat diberikan pada anak dengan kelompok usia berapa ...
- A. 6 – 8 bulan
 - B. 9 – 11 bulan
 - C. 12 – 23 bulan
9. Dalam pemberian MP ASI anak usia 6 – 8 bulan, dalam sehari berapa makanan pokok yang diperlukan dalam ukuran rumah tangga ...
- A. $\frac{3}{4}$ porsi
 - B. $\frac{1}{2}$ porsi
 - C. 1 porsi
10. Prinsip gizi seimbang yang di gunakan di Indonesia saat ini yaitu ...
- A. Empat sehat lima sempurna
 - B. Isi Piringku
 - C. Gizi seimbang
11. Dalam porsi makan satu piring, berapa takaran makanan pokok dalam sekali makan ...
- A. $\frac{2}{3}$ dari setengah piring
 - B. $\frac{1}{2}$ dari satu piring
 - C. $\frac{2}{4}$ dari satu piring
12. Apa makanan yang merupakan sumber zat besi ...
- A. Nasi
 - B. Sawi
 - B. Daging ayam

13. Kacang merah merupakan kelompok jenis makanan apa ...
- A. Karbohidrat
 - B. Protein nabati
 - C. Protein Hewani
14. Untuk kelompok anak yang berusia di atas 12 bulan, dapat diberikan dengan bentuk makanan ...
- A. Bubur
 - B. Cincang
 - C. Makanan keluarga
15. Contoh dari makanan pokok adalah ...
- A. Nasi, ubi, mie roti
 - B. Nasi, sawi, pisang
 - C. Cornet, alpukat, tempe
16. Sumber makanan lauk nabati adalah ...
- A. Kemangi, bayam, wortel
 - B. Tahu, tempe, kacang-kacangan
 - C. Kornet, sarden, sosis
17. Sumber vitamin dan mineral adalah ...
- A. Ikan, ubi, nasi
 - B. Susu, telur, bayam
 - C. Pisang, katu, pepaya
18. Makanan yang boleh diberikan bagi anak yang berusia 0 – 6 bulan adalah ...
- A. Air gula
 - B. Teh
 - C. Salah semua
19. Anak berusia 7 bulan dapat diberikan buah pisang dalam bentuk ...
- A. Saring
 - B. Lumat
 - C. Utuh

20. Anak berusia 2 tahun dapat diberikan daging ayam, dalam bentuk ...

A. Makanan keluarga

B. Cincang

C. Blender

Lampiran 6. SAP

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik	: Pemberian Makan Anak Pedoman Isi Piringku
Sub Topik	: Pengaruh Penggunaan Alat Peraga Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita Tentang Pemberian Makan Anak Di Desa Ipu Mea
Sasaran	: Ibu Balita di Desa Ipu Mea
Hari/Tanggal	: -
Jam	: -
Waktu	: 40 menit
Tempat	: Posyandu Desa Ipu Mea

A. Tujuan Umum

Setelah dilakukan edukasi, diharapkan ibu balita dapat menerapkan pola pemberian pada anak dengan takaran yang pas dan gizi yang seimbang.

B. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan edukasi, diharapkan ibu balita mampu:

1. Ibu balita mengetahui tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif
2. Ibu balita mengetahui jenis makanan pada anak sesuai usia
3. Ibu balita mengetahui zat gizi makanan yang wajib diberikan pada anak sesuai pedoman isi piringku
4. Ibu balita mampu menerapkan pedoman gizi seimbang “Isi Piringku” pada saat memberikan makan pada anaknya.

C. METODE

1. Demonstrasi
2. Penyuluhan/Diskusi
3. Tanya jawab

D. MEDIA

1. Alat Peraga “Isi Piringku”
2. Materi SAP

E. KEGIATAN

No	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1	5 menit	Pembukaan : <ul style="list-style-type: none">• Mengucapkan salam• Memperkenalkan diri• Menjelaskan tujuan edukasi	Menjawab salam, mendengarkan dan memperhatikan
2	20 menit	Pelaksanaan : Menjelaskan tujuan edukasi dan materi edukasi secara teratur dan berurutan <ul style="list-style-type: none">• Menjelaskan materi tentang pemberian makan anak• Menjelaskan materi “Isi Piringku”• Mempraktekkan porsi isi piringku	Menyimak dan memperhatikan
3	10 menit	Evaluasi : <ul style="list-style-type: none">• Memberi pertanyaan berkaitan dengan materi yang diberikan• Memberikan kesempatan kepada ibu balita untuk bertanya	Menyimak, mempraktekkan dan mendengarkan
4	8 menit	Penutup : <ul style="list-style-type: none">• Menyimpulkan hasil demonstrasi• Mengakhiri dengan salam	Menyimak, dan menjawab salam

F. EVALUASI

1. Prosedur : Post test
2. Jenis Test : Menggunakan kuesioner dan dokumentasi ibu balita saat dirumah dalam menyiapkan makan
3. Jenis Pertanyaan : Terlampir di kuesioner

MATERI

A. Pemberian Makan Anak

Pola makan dan pilihan makanan pada masa anak-anak akan berpengaruh hingga ke usia dewasa, sehingga dianjurkan untuk menetapkan pola makan sesuai anjuran WHO untuk mencegah terjadinya penyakit di usia dewasa (Seward et al.,2018). Pemerintah Indonesia mengeluarkan pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang bertujuan sebagai pemberian makan untuk mencapai tumbuh kembang anak yang optimal serta mencegah terjadinya kekurangan gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,2019).

Pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA) tersebut dibuat sesuai dengan Global Strategi For Infant and Young Child Feeding (WHO/UNICEF,2003) berisi empat standar PMBA diantaranya:

- a. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)
- b. ASI Eksklusif selama 6 bulan
- c. Memberikan Makanan Pendamping Asi (MPASI) mulai usia 6 bulan
- d. Melanjutkan pemberian ASI sampai anak usia 2 tahun atau lebih

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, sesaat setelah bayi lahir harus dilakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan cara melakukan kontak kulit ke kulit antara bayi dan ibunya dalam waktu minimal 1 jam setelah kelahiran. Sejak bayi lahir hingga berusia 6 bulan, bayi cukup diberikan ASI saja sebagai pemenuhan kebutuhan hidupnya yang disebut dengan ASI Eksklusif. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan apapun selain obat, vitamin, mineral dalam bentuk sirup (WHO,2013)

Bayi yang memasuki usia 6 bulan atau digenapkan dalam 180 hari mulai diperkenalkan dengan makanan pendamping ASI (MPASI). Makanan dan cairan lain mulai diberikan untuk mendampingi pemberian ASI karena pada usia 6 bulan kebutuhan bayi mulai meningkat dan ASI saja tidak lagi mencukupi kebutuhannya. Pada pemberian MPASI harus memperhatikan 4 (empat) prinsip yaitu tepat waktu, adekuat, aman, dan diberikan dengan cara yang benar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019b).

B. Isi Piringku

Porsi makan isi piringku merupakan gambaran dalam sekali makan yang komposisinya yaitu mulai dari 50% makanan pokok yang terdiri dari karbohidrat berserta lauk-pauk atau protein. Yang antara lain, 2/3 makanan pokok, dan 1/3 untuk lauk-pauk. Selanjutnya untuk 50% lagi terdapat pada sumber zat gizi mikro yaitu buah berserta sayur, 2/3 sayur-mayur dan 1/3 buah (Santosa *et al.*, 2022). Untuk usia anak 6 – 23 bulan dalam satu porsi isi piringku menerapkan makanan pokok 35%, protein hewani 30%, protein nabati atau kacang-kacangan 5%, sayur beserta buah-buahan 30%. Dan untuk anak yang usianya dari 2 – 5 tahun 35% makanan pokok, porsi lauk-pauk 35% dan untuk sayur berserta buah-buahan yaitu 30%. (Fazrin *et al.* 2021). Untuk balita yang berusia 6 – 8 bulan dalam sehari memerlukan $\frac{3}{4}$ porsi makanan pokok, 1 porsi lauk pauk, 1/3 porsi sayur, 1/3 porsi buah, balita berusia 9 – 11 balita dalam sehari memerlukan 1 $\frac{1}{4}$ porsi makanan pokok, 1 $\frac{1}{2}$ porsi lauk pauk, 1/3 porsi sayur, $\frac{1}{2}$ porsi buah. Usia 1 – 3 tahun dalam sehari memerlukan makanan 3 porsi makanan pokok, 4 porsi lauk hewani, 3-4 porsi lauk nabati, 2 porsi sayur dan 3 porsi buah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Usia	Tekstur makanan	Frekuensi pemberian	Jumlah sajian sekali makan
6-8 bulan	Bubur kental hingga makanan lumat	Sebanyak 2-3 kali makanan utama dan 1-2 kali makanan selingan	Fase pengenalan sebanyak 2-3 sendok kemudian ditingkatkan bertahap hingga 125 ml ($\frac{1}{2}$ mangkok)
9-11 bulan	Makanan cincang halus dan makanan yang dapat dipegang (<i>finger food</i>)	Sebanyak 3-4 kali makanan utama dan 1-2 kali selingan	125-200 ml ($\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ mangkok)
12-23 bulan	Makanan keluarga	Sebanyak 3-4 kali makanan utama dan 1-2 kali selingan	Hingga 250 ml ($\frac{1}{4}$ - 1 mangkok)
Jika tidak mendapat ASI (6-23 bulan)	Tekstur makanan disesuaikan dengan kelompok usia	Frekuensi disesuaikan dengan kelompok usia dan tambahkan 1-2 kali makanan ekstra	Jumlah sajian makan sesuai dengan kelompok usia dengan penambahan 1-2 gelas susu per hari (ukuran gelas 250 ml)

Lampiran 7. Form Penilaian Keterampilan

**FORM PENILAIAN KETERAMPILAN IBU BALITA
DALAM PEMBERIAN MAKAN ANAK SESUAI PEDOMAN
“ISI PIRINGKU”
DI DESA IPU MEA**

No	Nama Ibu	Penilaian					Jumlah Nilai
		Makanan Pokok	Lauk Hewani	Lauk Nabati	Sayur	Buah	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							

Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan

Saat Pelaksanaan Intervensi







Pre Test Keterampilan



Post Test Keterampilan



Lampiran 10. Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP



Nama : Septiani Lukas Mayun
Tempat/Tanggal Lahir : Maridan, 04 September 2001
Alamat : Jl.G.Obos Induk, Gang. Husada, Palangka Raya
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen
Email : septianilukkasmayun@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. SDN Rodok, lulus tahun 2013
2. SMPN 1 Dusun Tengah, lulus tahun 2016
3. SMAN 1 Dusun Tengah, lulus tahun 2019