

REKAPITULASI PROSES DAN HASIL PENDAMPINGAN KELUARGA BALITA
An. E (Laki-laki, 31 Bulan) Ibu Ny. N RW 2 – Kelurahan Tunjungsekar, Kota Malang
Periode Pendampingan: 15 April – 12 Mei 2026

Untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Aplikasi Pendidikan dan Pelatihan Gizi



Dosen Pengampu :

Sugeng Iwan Setyobudi, STP., M.Kes.

Disusun Oleh :

KELOMPOK 3/2A

Rezky Dwi Maharani Effendy	P17111241005
Titara Ngismatul Alifah	P17111241008
Intan Novia Wardani	P17111241012
Princess Najwa Ayunda	P17111241021
Radea Najwa Bilqis Ashila	P17111241028
Zenillah Mantasya Farihah	P17111241032

JURUSAN GIZI

PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

Jl. Besar Ijen 77C, Kota Malang

Tahun Ajaran 2025/2026

REKAPITULASI PROSES DAN HASIL PENDAMPINGAN KELUARGA BALITA

Sasaran: An. E (Laki-laki, 31 Bulan), Ibu: Ny. N RW 2 Kelurahan Tunjungsekar

KEGIATAN	MINGGU-1 (15–21 Apr)	MINGGU-2 (21–28 Apr)	MINGGU-3 (28 Apr–05 Mei)	MINGGU-4 (06–12 Mei)
Antropometri	BB: 11,5 kg PB: 85,8 cm BB/U: -1,38 SD (N) TB/U: -2,06 SD (Pendek) BB/TB: -1,33 SD (N)	BB: 11,5 kg PB: 85,8 cm (Tidak ada perubahan)	Tidak diukur	Tidak dapat diukur (sasaran pindah ke Tangerang)
Recall (An. E)	Data tersedia 5 hari (16 Apr tidak ada data) Rerata E: ± 1.298 kkal Rerata P: $\pm 64,2$ g Rerata L: $\pm 48,4$ g Rerata KH: $\pm 198,3$ g	Data tersedia 7 hari Rerata E: $\pm 1.482,9$ kkal Rerata P: $\pm 63,0$ g Rerata L: $\pm 52,8$ g Rerata KH: $\pm 201,7$ g	Data tersedia 7 hari Rerata E: $\pm 1.007,4$ kkal Rerata P: $\pm 65,9$ g Rerata L: $\pm 30,8$ g Rerata KH: $\pm 149,2$ g	Data tersedia 7 hari Rerata E: $\pm 1.084,2$ kkal Rerata P: $\pm 48,9$ g Rerata L: $\pm 35,6$ g Rerata KH: $\pm 148,6$ g
Recall (Ibu Ny. N)	– (belum dilakukan)	E: 1.027,5 kkal P: 28,11 g L: 41,7 g KH: 134,09 g	E: 1.214,5 kkal P: 47,9 g L: 21,7 g KH: 205,3 g	E: 1.086 kkal P: 45,44 g L: 32,54 g KH: 147,49 g
Pengetahuan (Ibu)	Pre-test: 100% (sangat baik)	–	–	Post-test: 80% (baik)
Kebiasaan Makan	Pola makan 3–4x/hari Banyak makan sayur sop, nasi, sufor Suka snack (cilok, pentol) Makan kadang hanya 2–3 suap	Pola makan mulai teratur Variasi lauk meningkat (bebek goreng, rawon, bakso) Masih ada jajan tinggi gula/lemak (kacang shanghai, mie gacoan)	Pola makan 3x/hari + selingan Mulai ada sayur bening bayam Variasi tempe, ikan kembung, tahu Pindah Tangerang (Selasa 28 Apr)	Diasuh langsung ibu Pola makan teratur 3–4x/hari Menu lebih sederhana dan bergizi (sayur sop, tempe, tahu, ikan) Buah & protein hewani masih kurang

Masalah Gizi	Status stunting (TB/U pendek) BB normal tapi pernah rewel makan (2–3 suap) Banyak sufor sebagai pengganti makanan utama	Energi sangat tinggi beberapa hari (>1.900 kkal) Snack padat gula/lemak (kacang, mie gacoan) Kurang buah	Asupan energi menurun (beberapa hari <1.000 kkal) Protein kurang beberapa hari Pindah kota: perubahan lingkungan & kebiasaan makan	Asupan energi sebagian besar <1.350 kkal Kurang protein hewani & buah Pemantauan tidak langsung (daring)
Diskusi/Edukasi	Koordinasi Lurah, Bidan, Kader Pengenalan sasaran Pre-test ibu (100%)	Edukasi belum dilakukan (hanya pengambilan data lanjut)	Edukasi gizi: Responsive feeding, Isi Piringku, PHBS, Sanitasi lingkungan Media: Poster A3	Pemantauan daring via WhatsApp Post-test (80%) Recall via chat

1. Masalah Gizi:

An. E (31 bulan) teridentifikasi mengalami stunting berdasarkan indeks TB/U dengan z-score -2,06 SD (Pendek), meskipun status BB/U dan BB/TB masih dalam kategori normal. Secara klinis kondisi ini menunjukkan masalah gizi kronis (stunted but not wasted). Selama pendampingan ditemukan beberapa masalah gizi utama, yaitu: (a) asupan energi yang fluktuatif dan tidak konsisten mencapai AKG (1.350 kkal/hari), dengan beberapa hari di bawah 1.000 kkal; (b) pola pengasuhan makan yang kurang optimal karena anak lebih banyak diasuh oleh nenek saat ibu bekerja; (c) konsumsi snack tinggi gula dan lemak berlebih (kacang shanghai, mie gacoan) pada beberapa minggu; (d) kurangnya variasi lauk hewani dan konsumsi buah; serta (e) susu formula masih digunakan sebagai pengganti makan utama.

2. Rencana Intervensi:

- Memberikan edukasi gizi kepada ibu/pengasuh mengenai pemberian makan responsif (responsive feeding) dan jadwal makan teratur (3x makan utama + 2x selingan sehat).
- Edukasi pemilihan makanan bergizi seimbang sesuai prinsip Isi Piringku ($\frac{1}{2}$ sayur & buah, $\frac{1}{4}$ makanan pokok, $\frac{1}{4}$ lauk pauk).
- Edukasi pemberian susu sesuai kebutuhan usia (tidak menggantikan makan utama).

- d. Edukasi PHBS (cuci tangan pakai sabun, memasak makanan hingga matang, penyimpanan makanan yang baik).
- e. Pemantauan pola makan harian melalui food recall 24 jam dan foto makanan before-after.
- f. Monitoring daring melalui WhatsApp setelah sasaran pindah ke Tangerang (Minggu ke-4).

3. Hasil Intervensi:

Aspek	Kondisi	Status	Keterangan	KET
Pengetahuan ibu	Pre-test: 100% → Post-test: 80%	Cukup Berhasil	Pengetahuan ibu sudah sangat baik sebelum edukasi (100%). Nilai post-test sedikit menurun (80%) kemungkinan karena 2 soal tentang penerapan sehari-hari (soal 9 dan 10) belum dapat diterapkan secara konsisten. Secara keseluruhan ibu memiliki pemahaman yang baik.	
Pola makan An. E	Mulai teratur Minggu 3–4: 3–4x/hari + selingan, porsi lebih dihabiskan	Berhasil Sebagian	Pola makan menjadi lebih teratur setelah ibu turun langsung mengasuh (tidak lagi diasuh nenek). Variasi sayur meningkat (bayam, sop, sayur asem). Namun konsumsi buah dan protein hewani masih belum optimal.	
Asupan energi An. E	Minggu 1–2: sering >1.350 kkal; Minggu 3–4: banyak di bawah AKG (<1.000 kkal beberapa hari)	Belum Berhasil Optimal	Asupan energi tidak konsisten mencapai AKG. Pada minggu 1–2 sebagian hari melampaui AKG tetapi dari jenis makanan yang tidak sehat. Minggu 3–4 setelah pindah rumah asupan lebih rendah, perlu ditingkatkan dari sumber bergizi.	
Pengasuhan makan	Ibu sekarang mengasuh langsung setelah tidak bekerja dan pindah ke Tangerang	Berhasil	Perubahan positif: anak kini diasuh langsung oleh ibu 24 jam. Kondisi ini diharapkan meningkatkan kualitas pemberian makan dan pemantauan gizi anak secara konsisten.	

Pemantauan antropometri	Hanya 1x pengukuran (Minggu 1 & 2); Minggu 3–4 tidak dapat diukur	Tidak Berhasil	Pengukuran antropometri lanjutan tidak dapat dilakukan karena sasaran pindah ke Tangerang sebelum selesai pendampingan. Perubahan status gizi secara kuantitatif tidak dapat dinilai.	
--------------------------------	---	----------------	---	--

TABEL RECALL 24 JAM An. E HARIAN SELAMA PENDAMPINGAN

AKG Balita 2–3 Tahun: Energi 1.350 kkal, Protein 20 g, Lemak 45 g, KH 215 g (Permenkes No. 28 Tahun 2019)

Keterangan warna: Hijau = $\geq 100\%$ AKG (Baik), Kuning = 80–99% (Cukup), Merah = $< 80\%$ (Kurang/Defisit)

MINGGU 1 (15 – 21 April 2026)

Tanggal Recall	Energi (kkal)	% AKG	Protein (g)	% AKG	Lemak (g)	% AKG	KH (g)	% AKG	KET
Rabu, 15 April 2026	1.592,8	118.0%	50.2	251.1%	34.1	75.8%	243.0	113.0%	
Kamis, 16 April 2026	-	-	-	-	-	-	-	-	Tidak ada data (tidak ada respons)
Jumat, 17 April 2026	1.006,7	74.6%	51.5	257.5%	26.1	58.0%	138.2	64.3%	
Sabtu, 18 April 2026	1.233,4	91.4%	67.5	337.8%	28.0	62.2%	178.0	82.8%	
Minggu, 19 April 2026	1.714,5	127.0%	66.2	330.8%	70.1	155.8%	226.3	105.3%	

Senin, 20 April 2026	1.942,8	143.9%	85.8	429.0%	83.7	186.0%	205.8	95.7%	
RERATA (n=5)	1498.0	111.0%	64.2	321.2%	48.4	107.6%	198.3	92.2%	

MINGGU 2 (21 – 28 April 2026)

Tanggal Recall	Energi (kkal)	% AKG	Protein (g)	% AKG	Lemak (g)	% AKG	KH (g)	% AKG	KET
Selasa, 21 April 2026	770,5	57.1%	20.7	103.5%	15.6	34.6%	125.6	58.4%	
Rabu, 22 April 2026	875,2	64.8%	31.4	157.1%	31.6	70.2%	153.8	71.5%	
Kamis, 23 April 2026	2.247,9	166.5 %	61.6	308.0%	52.1	115.9%	283.3	131.8%	
Jumat, 24 April 2026	1.955,6	144.9 %	72.3	361.3%	35.6	79.1%	240.7	111.9%	
Sabtu, 25 April 2026	2.065,2	153.0 %	84.7	423.5%	83.8	186.2%	255.1	118.7%	

Minggu, 26 April 2026	1.266,2	93.8%	40.3	201.5%	30.1	66.8%	198.9	92.5%	
Senin, 27 April 2026	1.670,2	123.7%	79.9	399.5%	81.0	180.1%	154.6	71.9%	
RERATA (n=7)	1550.1	114.8%	55.8	279.2%	47.1	104.7%	201.7	93.8%	

MINGGU 3 (28 April – 05 Mei 2026)

Tanggal Recall	Energi (kkal)	% AKG	Protein (g)	% AKG	Lemak (g)	% AKG	KH (g)	% AKG	KET
Selasa, 28 April 2026	1.745,6	129.3%	76.8	384.0%	40.7	90.4%	225.3	104.8%	
Rabu, 29 April 2026	1.244,8	92.2%	49.6	248.0%	31.3	69.6%	189.5	88.1%	
Kamis, 30 April 2026	1.056,3	78.2%	40.2	201.0%	41.1	91.3%	135.2	62.9%	
Jumat, 01 Mei 2026	1.100,2	81.5%	42.9	214.3%	26.1	58.0%	40.6	18.9%	
Sabtu, 02 Mei 2026	554,7	41.1%	18.1	90.6%	3.6	8.0%	100.5	46.7%	

Minggu, 03 Mei 2026	863,4	64.0%	26.7	133.4%	16.8	37.4%	152.0	70.7%	
Senin, 04 Mei 2026	1.046,3	77.5%	154.4	771.9%	19.6	43.6%	180.5	84.0%	
Selasa, 05 Mei 2026	1.240,1	91.9%	53.3	266.3%	36.6	81.3%	171.2	79.6%	
RERATA (n=8)	1106.4	82.0%	57.7	288.7%	27.0	60.0%	149.3	69.5%	

MINGGU 4 (06 – 12 Mei 2026)

Tanggal Recall	Energi (kkal)	% AKG	Protein (g)	% AKG	Lemak (g)	% AKG	KH (g)	% AKG	KET
Rabu, 06 Mei 2026	1.454	107.7%	44.3	221.5%	41.8	92.9%	161.2	75.0%	
Kamis, 07 Mei 2026	805,2	59.6%	30.9	154.3%	22.0	49.0%	119.4	55.5%	
Jumat, 08 Mei 2026	921,5	68.3%	26.1	130.7%	20.9	46.5%	153.9	71.6%	
Sabtu, 09 Mei 2026	1.073,5	79.5%	116.8	584.1%	34.9	77.6%	179.3	83.4%	
Minggu, 10 Mei 2026	1.135,5	84.1%	42.8	214.1%	61.0	135.6%	129.9	60.4%	

Senin, 11 Mei 2026	1.297,2	96.1%	55.1	275.5%	52.9	117.5%	141.5	65.8%	
Selasa, 12 Mei 2026	903,8	66.9%	26.0	130.2%	19.3	42.9%	154.9	72.1%	
RERATA (n=7)	1084.4	80.3%	48.9	244.3%	36.1	80.3%	148.6	69.1%	

TABEL RECALL 24 JAM IBU Ny. N – MINGGUAN

AKG Ibu Ny. N (Perempuan Usia 19–29 Tahun): Energi 2.250 kkal | Protein 60 g | Lemak 65 g | KH 309 g (Permenkes No. 28 Tahun 2019)

Minggu ke-	Tanggal Recall	Energi (kkal)	% AKG	Protein (g)	% AKG	Lemak (g)	% AKG	KH (g)	% AKG
Minggu 2	Selasa, 21 April 2026	1.027,5	45.7%	28.11	46.8%	41.70	64.2%	134.09	43.4%
Minggu 3	Senin, 27 April 2026	1.214,5	54.0%	47.90	79.8%	21.70	33.4%	205.30	66.4%
Minggu 4	Sabtu, 09 Mei 2026	1.086	48.3%	45.44	75.7%	32.54	50.1%	147.49	47.7%

Catatan: Recall Ibu Ny. N hanya dilakukan pada Minggu ke-2, ke-3, dan ke-4. Minggu ke-1 belum dilakukan recall pada ibu.

Analisis Asupan Gizi Ibu Ny. N:

Berdasarkan data recall 3 minggu, asupan energi ibu berkisar antara 1.027–1.214 kkal/hari, berada di bawah AKG (2.250 kkal). Persentase AKG energi hanya mencapai 45–54%, termasuk kategori defisit berat. Protein berkisar 28–47 g (47–80% AKG), kategori kurang hingga cukup. Lemak pada Minggu 2 cukup tinggi (41,7 g/64% AKG) dibanding Minggu 3 yang sangat rendah (21,7 g/33% AKG). KH cukup bervariasi (134–205 g, 43–66% AKG). Secara keseluruhan, asupan ibu perlu ditingkatkan terutama energi dan protein untuk mendukung kesehatannya sebagai pengasuh utama An. E.

KESIMPULAN SIMPULAN DAN TINDAK LANJUT

Kesimpulan:

1. Status gizi An. E saat ini adalah stunting (TB/U -2,06 SD) dengan BB normal, menunjukkan masalah gizi kronis.
2. Selama 4 minggu pendampingan, terjadi perubahan positif pada pola pengasuhan: ibu kini mengasuh langsung setelah tidak bekerja dan pindah ke Tangerang.
3. Pola makan An. E mulai mengalami perbaikan di Minggu 3–4: makan lebih teratur, porsi lebih dihabiskan, variasi sayur meningkat.
4. Asupan energi masih fluktuatif dan belum konsisten mencapai AKG. Konsumsi buah dan protein hewani masih perlu ditingkatkan.
5. Pengetahuan ibu terkait gizi sudah baik (pre-test 100%, post-test 80%). Masih diperlukan pendampingan dalam penerapan konsisten sehari-hari.
6. Pemantauan status gizi tidak dapat dilakukan secara optimal karena sasaran pindah ke Tangerang sebelum pendampingan selesai.

Tindak Lanjut yang Direkomendasikan:

1. Ibu diharapkan terus menerapkan materi edukasi yang telah diterima secara konsisten dalam pemberian makan sehari-hari.
2. Meningkatkan variasi makanan sumber protein hewani (ikan, telur, ayam) dan buah dalam menu harian An. E.
3. Mengurangi pemberian susu formula sebagai pengganti makan utama; sufor dapat diberikan sebagai pelengkap saja.
4. Memantau tumbuh kembang An. E secara rutin di Posyandu terdekat di Tangerang.
5. Disarankan pemeriksaan antropometri ulang minimal 3 bulan sekali untuk memantau perkembangan status stunting.