

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

- a. Pengkajian gizi An.A asupan makan rata-rata 3x24 jam awal menunjukkan asupan yaitu energi dihari pertama 1.023,8 kkal hari kedua 1.116,9 dkkal hari ketiga 1.033,8 kkal dimana rata-rata persentase energi 94% kategori (baik). Protein hari pertama 35 g hari kedua 32,7 dan hari ketiga 32,5 dimana persentase Protein 80% (baik) Lemak hari pertama 28,2 g hari kedua 29,1g hari ketiga 16,9 g dimana persentase 67% (kurang) Karbohidrat hari pertama 149,3 g hari kedua 159,6 g dan hari ketiga 161,3 dengan persentase 102% (Lebih). Dari hasil rata-rata recall 3x24 jam balita sebelum intervensi asupan energi tergolong baik walaupun adanya penurunan, sedangkan hasil recall awal energi pada intervensi hari pertama mengalami kenaikan yang meningkat yaitu 98% hari kedua 106% dan hari ketiga 116% pada hari ketiga tetap 109% asupan lemak mengaalami kenikan setiap harinya yaitu hari pertama 78% hari kedua 84% hari ketiga 106% dan karbohidrat mengalami kenaikan di hari ke 2 yaitu 100% menjadi 104% dan tetap 104% dihari ketiga. Hal ini menunjukkan selama 7 hari intervensi asupan makanan rata rata berlebih dari total kebutuhan.
- b. Hasil kajian Antropometri data terdapat bahwa Berat Badan BB/TB balita mendapati nilai Z-Score 2,7 dimana ambang batas Z-Score BB/TB gizi lebih berada pada $>2+ SD$ hingga $+3 SD$ dan IMT/U balita juga

mendapati nilai Z-Score 2,66 dimana ambang batas Z-Score IMT/U gizi lebih berada pada $>2+ SD$ hingga $+3 SD$

- c. Hasil pengkajian gizi pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar menunjukkan adanya masalah pada domain asupan (NI 2.2) yaitu kelebihan asupan oral yang ditandai dengan kebiasaan mengonsumsi cemilan berlebihan dan minuman manis kemasan
- d. Diagnosis Gizi yang di tegakan berdasarkan hasil pengkajian yaitu NI-5.8.2 Asupan Karbohidrat berlebih, serta NC-3.3 Berat Badan berlebih dan NB-1.5 Pola makan tidak teratur. Diagnosis tersebut berkaitan dengan kebiasaan konsumsi karbohidrat yang berlebih, makanan tinggi gula dan lemak.
- e. Hasil pengkajian antropometri balita termasuk dalam kategori gizi lebih hingga obesitas berdasarkan indikator BB/TB $> +2 SD$ dan IMT/U $> +3 SD$, dengan berat badan 15,40 kg.
- f. Intervensi Gizi diberikan berupa diet rendah kalori dengan kebutuhan energi 1.122 kkal, Protein 41,71 g, Lemak 37,7 g, Karbohidrat 152,94 g. Makanan diberikan dalam bentuk biasa melalui jalur oral dengan frekuensi 3 kali utama 2 kali snack. Selain pemberian diet intervensi, ibu balita juga di berikan edukasi gizi menggunakan media leaflet mengenai diet rendah kalori, pemilihan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan, syarat, penyebab dan juga gejala.
- g. Monitoring Dan Evaluasi Menunjukan adanya perbaikan asupan makan selama intervensi. Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat sebagian

besar telah memenuhi kebutuhan harian balita. Suhu pasien bisa dikatakan normal yaitu 36.8 °C dan ada perebuhan di hari ke tiga yaitu suhu menjadi 36.5 °C dan kenbali tetap di hari ke4 dan ke5 yaitu 36.8 °C.

- h. Pemberian Edukasi Gizi untuk Ibu Balita, Tingkat pengetahuan ibu balita mengenai gizi lebih pada balita sudah tergolong baik sebelum edukasi (90%) dan tetap baik setelah edukasi (90%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil mempertahankan pengetahuan dan pemhaman ibu balita mengenai gizi lebih pada balita.

B. Saran

- a. Bagi Orang Tua (Ibu Balita)
 - 1. Diharapkan ibu dapat menerapkan prinsip diet rendah kalori sesuai anjuran yang telah diberikan, dengan membatasi konsumsi makanan tinggi gula, lemak, dan makanan cepat saji.
 - 2. Ibu dianjurkan untuk lebih memperhatikan porsi dan frekuensi makan balita, serta membiasakan pemberian makanan sehat yang seimbang sesuai pedoman gizi seimbang.
 - 3. Orang tua perlu meningkatkan aktivitas fisik balita dan membatasi waktu penggunaan gadget untuk membantu mengontrol berat badan anak.
 - 4. Ibu disarankan untuk melakukan pemantauan berat badan balita secara rutin di posyandu atau puskesmas.
- b. Bagi Puskesmas

1. Petugas kesehatan diharapkan dapat meningkatkan program edukasi gizi kepada orang tua balita mengenai pencegahan dan penanganan gizi lebih.
2. Perlu dilakukan pemantauan status gizi balita secara berkala serta tindak lanjut konseling gizi bagi keluarga dengan risiko gizi lebih.

c. Bagi Mahasiswa

1. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan periode monitoring yang lebih panjang agar dapat melihat perubahan berat badan dan status gizi secara lebih signifikan.
2. Penelitian dapat dikembangkan dengan jumlah sampel lebih banyak sehingga hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasikan.

Diharapkan penelitian berikutnya dapat menambahkan variabel seperti tingkat aktivitas fisik, pola asuh makan, dan faktor sosial ekonomi secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, L. (2019) 'Hubungan Pendapatan, Tingkat Asupan Energi dan Karbohidrat dengan Status Gizi Balita Usia 2–5 Tahun di Daerah Kantong Kemiskinan', *Amerta Nutrition*, 3(3), pp. 183–188. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/14251>
- Anggraini, N., Rohani, T. and Fauzi, Y. (2025) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 2 Kota Bengkulu', *Journal of Multidisciplinary Research*, 1(2), pp. 93–98. <https://doi.org/10.70963/jmr.v1i2>
- Alfa, N., Putri, A. and Rahmadewi, T. (2025) 'Hubungan status gizi dengan perkembangan anak balita di Posyandu Dusun Nglebeng Tamanan Banguntapan Bantul', *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 3(22), pp. 380–386.
- Budiwiarti, Y., Rosita, L. & Djais, J. (2025) *Penuntun Diet dan Terapi Gizi pada Anak*, edisi ke-4, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta Utara.
- Corica, D., Aversa, T., Valenzise, M., Messina, M.F., Alibrandi, A. and Wasniewska, M. (2023) 'Editorial: Childhood obesity: prevention, management and new insight in pathophysiology', *Frontiers in Endocrinology*, 14, Article 1200978. <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1200978>
- Diniyyah, S.R. and Nindya, T.S. (2017) 'Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24–59 Bulan di Desa Suci, Gresik', *Amerta Nutrition*, 1(4), pp. 341–350. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/7139>
- Ernawati, F., Pusparini, P. and Arifin, A.Y. (2019) 'Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Anak Usia 6 Bulan–12 Tahun di Indonesia', *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*, 42(1), pp. 13–24.
- Firman, A.N. and Mahmudiono, T. (2018) 'Kurangnya Asupan Energi dan Lemak yang Berhubungan dengan Status Gizi Kurang pada Balita Usia 25–60 Bulan', *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(1), pp. 48–57.
- Flynn, A.C., Suleiman, F., Windsor-Aubrey, H., Wolfe, I., O'Keeffe, M., Poston, L. and Dalrymple, K.V. (2022) 'Preventing and treating childhood overweight and obesity in children up to 5 years old: A systematic review by intervention setting', *Maternal & Child Nutrition*, 18(3), e13354. <https://doi.org/10.1111/mcn.13354>
- Hall, J.E. and Hall, M.E. (2021) *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology*. 14th edn. Philadelphia, PA: Elsevier. ISBN: 9780323597128

Indrapratiwi, A.A., Suryadinata, R.V. & Aditya, D.M.N. (2024) 'Pengaruh Pola Asupan Terhadap Status Gizi Pada Balita Usia 3–5 Tahun', *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 5(1), hlm. 59–68. Tersedia pada: <https://comphi.sinergis.org/comphi/article/view/231>

Jadhav, O.P. and Choure, V. (2024) 'Understanding and Addressing Childhood Obesity: A Comprehensive Review', *International Journal of Academic Medicine and Pharmacy*, 6(3), pp. 558–564. Available at: <https://doi.org/10.47009/jamp.2024.6.3.114>

Jebeile, H., Kelly, A.S., O'Malley, G. and Baur, L.A. (2022) 'Obesity in Children and Adolescents: Epidemiology, Causes, Assessment, and Management', *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 10(5), pp. 351–365.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) Permenkes No. 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi. <https://peraturan.bpk.go.id/>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) *Permenkes No. 3 Tahun 2020*.

Kementerian Sekretariat Negara RI & Sekretariat Wapres RI (2024) Strategi Nasional Percepatan Pencegahan dan Penurunan Stunting 2025–2029. <https://stunting.go.id/>

Liang, R., Hu, Y., Wang, J. and Chen, X. (2025) 'Poverty and Childhood Obesity', *Current Obesity Reports*, 14(1), pp. 1–13. <https://doi.org/10.1007/s13679-025-00627-x>

Lisca, S.M. and Pratiwi, I. (2023) 'Hubungan Asupan Makanan, Sosial Ekonomi dan Peran Petugas Kesehatan dengan Status Gizi Balita', *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(4), pp. 441–450. Available at: <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i4.144>

Nofitasari, A., Nurhayati, S., Putri, D.A. and Rahmawati, N. (2024) 'Pengaruh Konseling Gizi terhadap Perubahan Berat Badan dan Perilaku Makan Anak Usia 1–5 Tahun', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1), pp. 45–53.

Nutrition Care Process Terminology (NCPT) (2018) PD Asdi.

Persatuan Ahli Gizi Indonesia & Asosiasi Dietisien Indonesia (2025) *Penuntun Diet dan Terapi Gizi pada Anak*, 4th edn.

- Ra, J.S. & Yun, H.J. (2020) Risk factors in early life for preschool children. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 11(1), 15–26. <https://doi.org/10.24171/j.phrp.2020.11.1.04>
- Rossa, Z. & Mardiyah, S. (2022) Faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada balita. *Hearty*, 11(1), 114. <https://doi.org/10.32832/hearty.v11i1.5554>
- Sari, P.M. (2023) ‘Hubungan Antara Asupan Pangan dan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Status Gizi Balita’, *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan (Jurnal PIKES)*, 4(1), pp. 47–54. Available at: <https://ojs.pikes.iik.ac.id/index.php/jpikes/article/view/27>
- Sakti, P.R. & Anwar, K. (2025) Hubungan pola asuh pemberian makan dan status gizi pada anak usia 3–6 tahun di Bekasi. *SAGO: Gizi dan Kesehatan*, 6(1), 44–53.
- SSGI (2024) Survei Status Gizi Indonesia 2024. Kemenkes RI.
- Survei Kesehatan Indonesia (2023) *SKI 2023*. Kemenkes RI.
- Togatorop, C.R., Sinurat, S. & Rajagukguk, M. (2021) Hubungan pola asuh dengan status gizi pada balita. *Jurnal Kedokteran Methodist*, 15(1), 42–50.
- UNICEF (2025) Prevention of Overweight and Obesity in Children and Adolescents. <https://www.unicef.org/documents/prevention-overweight-and-obesity-children-and-adolescents>
- WHO (2024) Global maternal, infant and young child nutrition targets. WHO.
- WHO (2025) Obesity and overweight. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wa Ode Sri Asnaniar, Munir, N.W., Yeyen Amaliah Lestari and Rahmat Hidayat (2024) ‘Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2’, *Window of Nursing Journal*, 5(1), pp. 85–92. <https://doi.org/10.33096/won.v5i1.746>
- Zhang, X., Liu, J., Li, K., Li, Z. (2024) Global Prevalence of Overweight and Obesity in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis, *JAMA Pediatrics*, 178(8), pp. 800–813. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.1576>
- Zulfiana, Y., Fatmawati, N. & Pratiwi, Y.S. (2023) Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Wasting pada Balita, *Professional Health Journal*, 5(2), pp. 467–475. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i2.598>

L

A

M

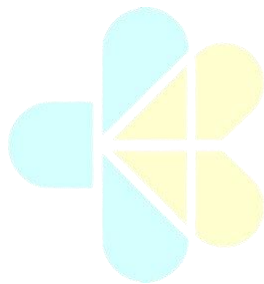
P

I

R

A

N



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

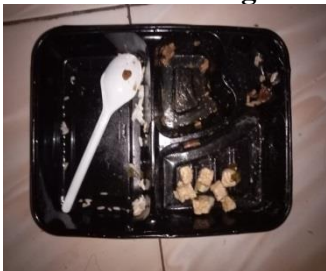
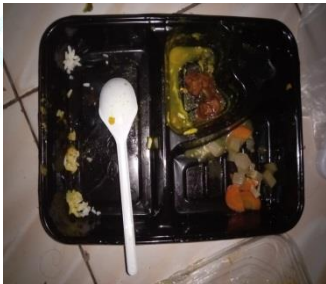
Lampiran 1.1 Menu Hari Ke 1

Waktu	Menu	Bahan Makanan	B	P	E	P	L	KH	Sisa makan	BB	P	E	P	L	KH
Makan Pagi	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Bayam	25	1/4P	9,3	0,6	0,1	1,6	9,5	3		1,1	0,1	0	0,2
		Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	9,5	3		0,8	0	0	0,1
	Soup Daging	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	8	32		91,2	8,6	6	0
	Tempe Ungkep	Tempe	25	1/2P	49	3,4	2,9	4,2	9	16		31,9	3	1,2	2,7
Selingan Pagi	Buah	Apel	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5	0	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5
	Susu	Susu vidoran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Makan Siang	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Cah Sayur	Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	3	5,3		1,4	0,1	0	0,3
		Buncis	25	1/4P	8,7	0,4	0,1	2	3	5,3		1,8	0,1	0	0,4
		brokoli	25	1/4P	5,8	0,8	0	0,5	3	5,3		1,3	0,2	0	0,1
	Ayam Panggang	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	0	40	1P	114	8,8	7,6	0
	Soup Tahu	Tahu	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1	22	33		25,1	2,7	1,6	0,6
Selingan Sore	Buah	Jeruk	55	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1	0	55	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1
	Susu	Susu vidoran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Makan Malam	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Bayam	25	1/4P	9,3	0,6	0,1	1,6	8,5	4		1,5	0,1	0	0,3
		Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	8,5	4		1	0	0	0,2
	Pindang Ikan	Ikan Nila	40	1P	39,2	6,2	1	0	0	40	1P	39,2	6,2	1	0
	Tahu Kukus	Tahu	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1	0	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1
	Susu	Susu vidoran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Sub Total					1.205	47,18	31,2	158,3				1104,3	43,8	28,8	152,4
Kebutuhan					1.122	41,71	37,07	152,9				1.122	41,71	37,07	152,9
Persentase					107%	113%	84%	104%				98%	105%	78%	100%

Makanan yang di berikan	Sisa Makanan	Snack
Makan Pagi 	Makan Pagi 	Snack Pagi 
Makan Siang 	Makan Siang 	
Makan Malam 	Makan Malam 	Snack Sore 

Lampiran 1.2 Menu Hari Ke 2

Waktu	Menu	Bahan Makanan	B	P	E	P	L	KH	Sisa makan	BB	P	E	P	L	KH
Makan Pagi	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Bayam	25	1/4P	8,7	0,4	0,1	2	9	16		5,9	0,2	0	1,2
		Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	9	16		4,1	0,1	0	0,8
	Ayam Kuah Ke cap	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	0	40	1P	114	8,8	7,6	0
		Kecap	5		3	0,5	0	0,3	0	5		3	0,5	0	0,3
	Tahu Panggang	Tahu	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1	0	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1
	Susu	Susu videran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Selingan Pagi	Buah	Semangka	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5	0	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5
Makan Siang	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Cah Sayur	Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	0	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2
		Buncis	25	1/4P	12,8	0,4	0,1	2	0	25	1/4P	12,8	0,4	0,1	2
		brokoli	25	1/4P	5,8	0,8	0	0,5	0	25	1/4P	5,8	0,8	0	0,5
	Telur Kecap	Telur Ayam	27,5	1/2P	42,7	3,5	5	0,3	0	27,5	1/2P	42,7	3,5	5	0,3
		Kecap	5		3	0,5	0	0,3	0	5		3	0,5	0	0,3
	Soup Tempe	Tempe	55	1/2P	49	3,4	2,9	4,2	15	40	1/2P	49	3,4	2,9	4,2
Selingan Sore	Buah	Apel	55	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1	0	50	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1
	Permen Yupi	Yupi	15		50	1	0	12	0	15		50	1	0	12
Makan Malam	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	5	20		5,2	0,2	0	1
		Labu Siam	25	1/4P	5	0,2	0,1	1,1	5	20		4	0,2	0,1	0,9
	Telur Bumbu Kuning	Telur Ayam	27,5	1/2P	42,7	3,5	5	0,3	0	27,5	1/2P	42,7	3,5	5	0,3
	Tempe Kecap	Tempe	25	1/2P	49	3,4	2,9	4,2	4	21		41,8	2,6	1,6	3,6
		Kecap	5		3	0,5	0	0,3	0	5		3	0,5	0	0,3
	Susu	Susu videran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Sub Total					1.202	46,6	32,9	161,2				1187,5	45,5	31,3	158,7
Kebutuhan					1.122	41,71	37,07	152,9				1.122	41,71	37,07	152,94
Persentase					107%	112%	89%	105%				106%	109%	84%	104%

Makanan yang diberikan Makan Pagi 	Sisa Makanan Makan Pagi 	Snack Snack Pagi 
Makan Siang 	Makan Siang 	
Makan Malam 	Makan Malam 	Snack Sore 

Lampiran 1.3 Tabel Menu Hari Ke 3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	B	P	E	P	L	KH	Sisa makan	B	P	E	P	L	KH
Makan Pagi	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Brokoli	25	1/4P	5,8	0,8	0	0,5	6	19		4,4	0,6	0	0,4
		Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	6	19		4,9	0,2	0	0,9
	Ayam Suir	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	0	40	1P	114	8,8	7,6	0
	Tempe Bumbu K	Tempe	25	1/2P	49	3,4	2,9	4,2	0	25	1/2P	49	3,4	2,9	4,2
Selingan Pagi	Buah	Semangka	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5	0	42,5	1/2P	25,1	0,1	0,2	6,5
	Susu	Susu vidoran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Makan Siang	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Cah Sayur	Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	6,6	18,4		4,7	0,2	0	0,9
		Buncis	25	1/4P	8,7	0,4	0,1	2	6,6	18,4		6,4	0,3	0,1	1,5
		Brokoli	25	1/4P	5,8	0,8	0	0,5	6,6	18,4		4,3	0,6	0	0,3
	Soup Daging	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	0	40	1P	114	8,8	7,6	0
	Tempe Bumbu K	Tempe	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1	0	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1
Selingan Sore	Buah	Jeruk	55	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1	0	55	1/2P	15,9	0,6	0,2	4,1
	Malkis Keju	Malkis Keju	15		70	1	3,5	10	0	15		70	1	3,5	10
Makan Malam	Nasi Putih	Beras	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8	0	50	1P	180,4	3,3	0,3	39,8
	Bening Sayur	Wortel	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2	0	25	1/4P	6,5	0,2	0,1	1,2
		Pakcoy	25	1/4P	3,8	0,6	0,1	0,5	0	25	1/4P	3,8	0,6	0,1	0,5
	Ayam Panggang	Daging Ayam	40	1P	114	8,8	7,6	0	9	31		88,3	8,3	5,9	0
	Tempe kecap	Tempe	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1	0	55	1/2P	41,8	3,5	2,6	1
		Kecap	5		3	0,5	0	0,3	0	5		3	0,5	0	0,3
	Susu	Susu vidoran	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5	0	20	1/2P	85	2,5	2,5	13,5
Sub Total					1.340	48,9	41,2	163,7				1306,1	45,6	39,3	158,4
Kebutuhan					1.122	41,71	37,07	152,94				1.122	41,71	37,07	152,94
Persentase					119%	117%	111%	107%				116%	109%	106%	104%

Makanan yang diberikan	Sisa Makanan	Snack
Makan Pagi 	Makan Pagi 	Snack Pagi 
Makan Siang 	Makan Siang 	
Makan Malam 	Makan Malam 	Snack Sore 

Lampiran 1.4 Pengukuran Antropometri

Berat Badan Sebelum Intervensi	Berat Badan Setelah Intervensi	Tinggi Badan	LILA
			

Lampiran 1.5 Satuan Acara Konseling

SATUAN ACARA KONSELING (SAK)

BALITA GIZI LEBIH

Topik : Diet Rendah Kalori

Sasaran Target : Ibu Balita

Hari/Tanggal : 14 Juni 2026

Waktu : 10 menit

Tempat : Rumah Responden

Konselor : Heryuantin Noviantari

A. Latar Belakang

An.A berusia 3 tahun, lahir pada tanggal 13 April 2023, berjenis kelamin laki-laki, di skrining pada tanggal 19 April 2026 pada jam 10.00 WIB, berat badan sebelum intervensi 17.55 kg, berat badan setelah di intervensi tetap yaitu (17,55) kg dan tinggi badan 96,2 cm. Alamat tempat tinggal jalan basuki rt 9, rw 3. Tinggal bersama keluarga yang terdiri dari ibu, ayah, kaka perempuan dan juga kakak laki-laki, anak ke 3 dari 3 bersaudara, ibunya bekerja sebagai IRT, ayahnya bekerja sebagai penjual galon. Diketahui bahwa An.A rutin di bawa ke posyandu setempat, sempat diberi suplemen vit A dan imunisasi, lahir dengan cara normal, mendapatkan asi eksklusif sampai sekarang, dan juga sudah mendapat MPASI pada usia 2 tahun, tidak memiliki alergi makanan maupun minuman dan tidak ada pantangan dalam makan, tidak memiliki riwayat penyakit. Aktivitas An.A sehari-hari bermain bersama kakak dan ikut ibu mengantar galon, An.A berperilaku aktif. ,An.A sering ngemil jajanan seperti biskuit, wafer, permen, ciki-ciki dan gorengan dan juga susu minuman kemasan seperti teh kotak dan minuman oki jelly. An.A sangat menyukai susu formula

seperti vidoran dengan minum 3 kali 1 hari dan suka makanan yang berkuah supaya gampang di telan, menyukai sayur wortel, bayam, brokoli dan menyukai ikan nila, lele, telur dadar. Makan buah kadang-kadang kebiasaan makan anak An.A makan utama 3 kali sehari. Kebiasaan makan sambil menonton tv/hp dan pola tidur biasanya siang tidak menentu dan tidur malam di atas jam 22.00 wib.

B. Tujuan

1. Tujuan Intruksional Umum (TIU)

Setelah konseling diharapkan agar ibu balita dapat memahami mengenai diet rendah kalori.

2. Tujuan Intruksional Khusus (TIK)

Setelah Konseling responden/ibu balita mampu:

- a. Mengetahui dan memahami diet yang dianjurkan untuk balita
- b. Mengetahui dan memahami bahan makanan dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk balita gizi lebih
- c. Mengetahui dan memahami pola makan yang dianjurkan untuk balita

3. Garis Besar Materi Konseling

- a. Diet yang dianjurkan untuk balita gizi lebih
- b. Bahan makanan dianjurkan dan tidak dianjurkan balita gizi lebih
- c. Pola makan yang dianjurkan untuk balita gizi lebih

4. Metode

Diskusi/tanya jawab kemudian pretest dan posttest

5. Media

Leaflet dan kusioner

6. Proses Pelaksanaan

No	Waktu	Tahap Konseling	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan 1 menit	Membangun dasar-dasar konseling 1. Mengucapkan salam & memperkenalkan diri 2. Menyampaikan maksud dan tujuan	Menjawab salam, menjawab pertanyaan
2.	Pelaksanaan 4 menit	1. Sebelum memulai penjelasan berikan pretest/lembar kusioner pengetahun ibu , lalu tunggu ibu menjawab kemudian kumpulkan dan memberikan penjelasan tentang nama diet rendah kalori,tujuan diet rendah kalori,syarat diet,serta makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk balita gizi lebih	Memperhatikan penjelasan
3.	Evaluasi 4 menit	1. Memberikan postest kembali kepada ibu balita dan memberikan pertanyaan kembali kepada ibu balita terkait materi yang dijelaskan 2. Melakukan monitoring dan evaluasi untuk mengetahui keberhasilan intervensi yang telah diberikan	1. Menjawab pertanyaan dan mendengarkan 2. Memperhatikan dan mendiskusikan
4.	Penutup 1 menit	1. Mengakhiri dengan memberikan kesimpulan dan ucapan terimakasih,permohonan maaf,dan mengucapkan salam	1. Mendengarkan dan menjawab pertanyaan 2. Menjawab salam

7. Evaluasi

- a. Evaluasi struktur
 - 1) Tersediannya media
 - 2) Kesepakatan dengan responden
- b. Evaluasi Proses
 - 1) Konseling dilaksanakan selama 10 menit
 - 2) Ibu balita konseling berperan aktif dalam tanya jawab
 - 3) Kesepakatan kontrak selanjutnya dengan responden
 - 4) Responden mengikuti konseling dari awal hingga selesai
 - 5) Konseling berupa tanya jawab dan diskusi serta penambahan pretest dan posttest
 - 6) Evaluasi hasil konseling
 - 7) Setelah konseling dilakukan diharapkan responden mengetahui materi konseling yang diberikan

8. Lampiran

a. Materi

a. Prinsip Diet

a) **Nama Diet** : Diet Rendah Kalori

b) **Prinsip Diet** : Rendah Energi, Protein tinggi

c) **Tujuan Diet** :

- (1) Dalam upaya memperlambat peningkatan, mempertahankan, atau menurunkan berat badan sampai BB sesuai dengan TB aktual dengan tetap memperhatikan faktor pertumbuhan anak.

d) **Syarat Diet** :

1. Kebutuhan Zat Gizi Makro

- 1) Energi cukup atau disesuaikan dengan kebutuhan yaitu 1.122 kkal/kg BB

- 2) Protein cukup atau di sesuaikan dengan kebutuhan yaitu 41,71 g/kg BB
- 3) Lemak cukup atau di sesuaikan dengan kebutuhan yaitu 37,7 g/kg BB
- 4) Karbohidrat cukup atau di sesuaikan dengan kebutuhan yaitu 152,94 g/kg BB

a) Bahan makanan dianjurkan dan tidak dianjurkan

Bahan makanan dianjurkan	Bahan makanan tidak dianjurkan
Bahan makanan tinggi serat,sayur,buah,nasi merah,roti gandum utuh.	Makanan yang mengandung lemak tinggi : sosis,kornet,daging bebek,dll.
Bahan makanan rendah lemak,susu rendah lemak,yoghurt rendah lemak	Makanan yang banyak menyerap lemak: gorengan,kripik,dll
	Makanan dan minuman manis : minuman bersoda,cake,dll
	Junkfood:kentang goreng,hamburger,dll

Lampiran 1.6 Informed Consent

Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent):

Heryuantin Noviantari adalah peneliti dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi Prodi D3 Gizi, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita Gizi Lebih Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut:

1. Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan asuhan gizi, dengan metode/prosedur Deskriptif dan jenis penelitian studi kasus.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena sesuai dengan kriteria inklusi yaitu memiliki penyakit diabetes melitus dengan gangren, tinggal menetap di wilayah penelitian, bersedia menjadi responden, dan belum menjalani operasi.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 5 hari.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa hadiah atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya terkait dengan sesi wawancara mendalam, pengukuran berulang, dan pemantauan selama intervensi berlangsung.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui Laporan Tertulis (sebagai acuan untuk perbaikan mutu pelayanan di Puskesmas) dan/atau secara individu (untuk menambah wawasan mengenai hipertensi dan pola makan sehat).
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel yang meliputi pengukuran Tekanan Darah, berat badan, tinggi badan, IMT, serta data biokimia.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan lonjakan tekanan darah yang terdeteksi atau reaksi yang tidak diharapkan selama pemantauan.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung, kecuali Data dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan tidak akan disebarluaskan.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan studi kasus menggunakan purposive sampling, cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan ringan berupa kelelahan akibat sesi wawancara yang mendalam.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Winarsih

Tanda tangan : [Signature]

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Saksi

[Signature]

Tairi

Peneliti

[Signature]

Tari

Lampiran 1.7 Surat Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes

	Kemenkes Poltekkes Bengkulu
Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Bengkulu Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan Bengkulu 38225 (0736) 341212 https://www.poltekkesbengkulu.ac.id	
10 Desember 2025	
Nomor :	PP.01.01/F.XXIII.1/5085/2025
Perihal :	Izin Penelitian
Yth,	
Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kota Bengkulu	
di	
Tempat	
Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:	
Nama	Hervuantin Noviantan
NIM	P01730123063
Tempat Penelitian	Wilayah kerja Puskesmas sawah lebar kota Bengkulu
Waktu Penelitian	1 bulan
Judul	Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita Gizi Lebih Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	083872311248
Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih	
a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
Wakil Direktur Bidang Akademik	
	
Septiyahli, S.Kep, Ners, M.Pd	

Lampiran 1.8 Surat Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes

	Kemenkes Poltekkes Bengkulu	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Bengkulu Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225 (0736) 341212 https://www.poltekkesbengkulu.ac.id	10 Desember 2025
---	---------------------------------------	--	------------------

Nomor :	PP. 01.01/F.XXIII.1/ 9086 /2025
Perihal	Izin Penelitian

Yth,
Kepala dinas kesehatan kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Heryuantin Noviantari
NIM	: P01730123063
Tempat Penelitian	: Wilayah kerja Puskesmas sawah lebar kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 1 bulan
Judul	: Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita Gizi Lebih Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 083872311248

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

BLU

Lampiran 1.9 Izin Penelitian Kesbangpol



PEMERINTAH KOTA BENGKULU BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/2154/KESBANNGPOL-REK/2026

- Dasar** : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Pemberian Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan** : Surat dan Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor PP.01.01/F.XXIII.1/9085/2025 Tanggal 10 Desember 2025 perihal izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama : Heryuantin Noviantari
NIM : P01730123063
Pekerjaan : Mahasiswa
Judul Penelitian : Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita Gizi Lebih Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026

Tempat Penelitian : Wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Waktu Penelitian : 7 April 2026 s.d 7 Mei 2026

Penanggung Jawab : Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

- Dengan Ketentuan** :
1. Tidak diperkenankan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
 2. Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta, menghindari adat istiadat setempat.
 3. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan sang peneliti masih belum selesai melaksanakan penelitiannya harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
 4. Surat Rekomendasi Penelitian ini berlaku selama jangka waktu penelitian yang dilakukan apabila tetap mematuhi semua ketentuan ketentuan seperti tersebut diatas

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 6 April 2026

a n WALI KOTA BENGKULU

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu.



Syofyan Tosoni, SE, MM
Pembina Utama Muda (IVc)
NIP. 197000921990331006

Lampiran 1.10 Izin Penelitian Dinas Kesehatan

	PEMERINTAH KOTA BENGKULU DINAS KESEHATAN Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223
REKOMENDASI	
Nomor : 000.9.2 / 1324 / D.Kes / 2026	
Dasar Surat	1. Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/9086/2025 Tanggal 10 Desember 2025 2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/2154/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 06 April 2026, Perihal : Penelitian untuk penyusunan tugas akhir mahasiswa Atas nama :
Nama	: Heryuantin Noviantari
NIM	: P01730123063
Program Studi	: D3 Gizi
Judul	: Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada balita gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
Lokasi Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	: 07 April 2026 s/d 07 Mei 2026
No Hp / Email	: 083872311248
Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan : - Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud. - Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat. - Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian. - Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan). - Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas. Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
Bengkulu, April 2026 Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu  Nelli Hartati, SKM, MM Pembina - IV/a Nip. 19720419 199101 2 001	
Tembusan : - Yth. Sdr. Ka. UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu - Yang Bersangkutan	

Lampiran 1.11 Lembar Food Recall 3x24 Jam

Hari Pertama

JURUSAN GIZI POLITEKNIK KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI DIPOMA III GIZI

KODE DOKUMEN D.H/GIZI	IDENTITAS DOKUMEN FORM FOOD RECALL 3x24 HOURS	TANGGAL BERLAKU
IDENTITAS MAHASISWA		
Nama Mahasiswa :	<u>Heryuanti Noviantri</u>	NIM :
Tingkat Kelas :	(Isi dengan Angka Romawi dan Huruf Kapital, misalnya II.A)	
IDENTITAS RESPONDEN		
Nama/Kode :	Usia :	Tahun :
Hari, tanggal :	Tgl :	Bulan :
Alamat Lengkap :		

WAKTU MAKAN	NAMA MENU/HIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI		ESTIMASI NILAI			
			URT	Gram	ENERGI (kal)	PROTEIN (gr)	LEMAK (gr)	KH (gr)
Pagi Pkl. 07.00	Batu Putih Susu	Batu Putih Susu Videran	2 iris 2 sdm	46.6 20	127.6 85	4.1 2.5	1.4 2.5	24.2 13.5
	Jumlah				0	0	0	0
Selingan Pkl. 10.00	Oreo coklat	Oreo coklat	4 bh	25	130	1	6	17
	Jumlah				0	0	0	0
	Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi				0	0	0	0
Siang Pkl. 13.00	Nasi Putih Bening sayur	Beras Daging Ayam Bayam	2 ctg 1 piring 2 sdm	50 40 20	180.4 114 7.4	3.3 8.8 0.7	0.3 7.6 0	30.8 0 1.5
	Jumlah				0	0	0	0
Selingan Pkl. 16.00								
	Jumlah				0	0	0	0
	Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi				0	0	0	0

WAKTU MAKAN	NAMA MENU/HIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI		ESTIMASI NILAI			
			URT	Gram	ENERGI (kal)	PROTEIN (gr)	LEMAK (gr)	KH (gr)
Malam Pkl. 19.00	Nasi Putih soup ayam	Beras Daging ayam	2 ctg 1 piring	50 40	180.4 114	3.3 8.8	0.3 7.6	30.8 0
	Jumlah				0	0	0	0
Selingan Pkl. 21.00	Susu	Susu Videran	2 sdm	20	85	2.5	2.5	13.5
	Jumlah				0	0	0	0
	Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi				0	0	0	0

Catatan :
Disisi Peneliti/Supervisor/Dosen Pengampu

Supervisor, _____

Nama Lengkap _____

sub total = 1023.8

persentase =

1023.8 / 1122 = 0.912

28.2 / 37.07 = 0.761

140.3 / 182.9 = 0.767

Bengkulu, 2025

Pengumpul Data TTD

Nama Lengkap _____

Petunjuk Pengisian :

- Identifikasi waktu makan responden
- Identifikasi nama menu/hidangan yang dikonsumsi setiap waktu makan
- Identifikasi nama bahan Makanan yang terkandung pada menu/hidangan
- Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk URT setiap makanan yang dikonsumsi
- Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk gram per hari setiap makanan yang dikonsumsi
- Konfirmasi Teknik Pengolahan Bahan Makanan
- Perhitungan Konversi Berat Matang-Mentah
- Perhitungan Konversi Serapan Minyak (Bahan Makanan yang diolah menggunakan Minyak)
- Lakukan analisis energi dan zat gizi (menggunakan Nutri Survei atau TKPI)
- Lakukan analisis Proporsi energi dan zat gizi per waktu makan

Hari ke dua.

JURUSAN GIZI POLITEKNIK KEMENKES BENGKULU								
PROGRAM STUDI DIPOMA III GIZI								
IDENTITAS DOKUMEN								
KODE DOKUMEN	FORM FOOD RECALL 3x24 HOURS							TARIGGAL BERLAKU
IDENTITAS MAHASISWA								
Nama Mahasiswa :	Hermonik Nayanisari							NIM :
Tingkat Kelas :	[Isi dengan Angka Romawi dan Huruf Kapital, misalnya II.A]							
IDENTITAS RESPONDEN								
Nama/Kode :			Usia :			Tahun :	Jenis Kelamin : [] L [] P	
Hari, tanggal :			Tgl :			Bulan :	Tahun :	
Alamat Lengkap :								
WAKTU MAKAN	NAMA MENU/HIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI	Gram	ENERGI (kal)	PROTEIN (gr)	LEMAK (gr)	KH (gr)
Pagi								
Pkl. 07.00	Dadar gulung Mollet coklat susu	Dadar gulung 100g coklat susu vitorian	1 bh 1 bh 2 sdm	50 15 20	144.5 23 0.5	2.8 6.5 2.5	4.2 3.2 2.5	24.1 31.4 13.5
Jumlah					0	0	0	0
Selingan								
Pkl. 10.00	Pisang molen	Pisang molen	1 bh	40	84.4	0.6	6.2	7.3
Jumlah					0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0
Siang								
Pkl. 13.00	Nasi Putih Telur kecap	Beras telur ayam kecap	2 sdm 1 bh 1 sdm	50 55 5	180.4 85.3 3	3.3 6.5 0.5	0.3 5.8 0	30.8 0.6 0.3
Jumlah					0	0	0	0
Selingan								
Pkl. 16.00								
Jumlah					0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0

WAKTU MAKAN	NAMA MENU/HIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI	Gram	ENERGI (kal)	PROTEIN (gr)	LEMAK (gr)	KH (gr)
Malam								
Pkl. 19.00	Nasi Putih Soup telur	Beras Soup telur puyuh	2 sdm 3 bh	50 30	180.4 55.5	3.3 3.8	0.3 4.1	30.8 0.4
Jumlah					0	0	0	0
Selingan								
Pkl. 21.00	Susu	Susu vitorian	2 sdm	20	85	2.5	2.5	13.5
Jumlah					0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0

Catatan :
 Disisi Peneliti/Supervisor/Dosen Pengampu

Supervisor,
 TTD

Nama Lengkap

Sub total =
 kebutuhan =
 persentase =

116.9 32.7 20.4 15.0.6
 112.2 21.7 21.07 15.2.04
 100% 78% 79% 104%

Bengkulu,20 2025
 Pengumpul Data
 TTD

Nama Lengkap

Petunjuk Pengisian :

1. Identifikasi waktu makan responden
2. Identifikasi nama menu/hidangan yang dikonsumsi setiap waktu makan
3. Identifikasi nama bahan Makanan yang terkandung pada menu/hidangan
4. Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk URT setiap makanan yang dikonsumsi
5. Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk gram per hari setiap makanan yang dikonsumsi
6. Konfirmasi Teknik Pengolahan Bahan Makanan
7. Perhitungan Konversi Berat Matang-Mentah
8. Perhitungan Konversi Serapan Minyak (Bahan Makanan yang diolah menggunakan Minyak)
9. Lakukan analisis energi dan zat gizi (menggunakan Nutri Survei atau TKPI)
10. Lakukan analisis Proporsi energi dan zat gizi per waktu makan

Hari ke tiga

Hasil KBT

 								
JURUSAN GIZI POLITEKNEK KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN PROGRAM STUDI DIPOMA III GIZI IDENTITAS DOKUMEN								
KODE DOKUMEN	TANGGAL BERLAKU							
D-III/GIZI	FORM FOOD RECALL 3x24 HOURS							
IDENTITAS MAHASISWA								
Nama Mahasiswa :	Haryanto Noviantri NIM :							
Tingkat/Kelas :	(Isi dengan Angka Romawi dan Huruf Kapital, misalnya I.A)							
IDENTITAS RESPONDEN								
Nama/Kode :	Usia : Tahun Jenis Kelamin : ☐ L ☐ P							
Hari, tanggal :	Tgl Bulan Tahun							
Alamat Lengkap :								
WAKTU MAKAN	NAMA MENU/IBIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI		ENERGI (kal)	ESTIMASI NILAI		KtH (g)
URUT	Gram	PROTEIN (gr)	LIPID (g)	KARBOH (g)				
Pagi Pkl. 07.00	Nasi Putih ikan goreng susu	Beras lele susu vitoran	2 cang 1 piring 2 sdm	50 30 20	180.4 25.2 85	3.3 4.4 2.5	0.3 0.7 2.5	33.8 0 13.5
Jumlah					0	0	0	0
Selingan Pkl. 10.00	telur gulung	Dadar gulung	1 bh	50	144.5	2.8	4.2	24.1
Jumlah					0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0
Siang Pkl. 13.00	Nasi Putih ikan goreng susu	Beras lele susu vitoran	2 cang 1 piring 2 sdm	50 30 20	180.4 25.2 85	3.3 4.4 2.5	0.3 0.7 2.5	33.8 0 13.5
Jumlah					0	0	0	0
Selingan Pkl. 16.00								
Jumlah					0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0

WAKTU MAKAN	NAMA MENU/HIDANGAN	NAMA BAHAN MAKANAN	JML. KONSUMSI		ESTIMASI NILAI			
			URT	Gram	ENERGI (kal)	PROTEIN (gr)	LEMAK (gr)	KH (gr)
Malam Pkl. 19.00	Nasi Putih Telur dadar	Isoras Telur ayam	2 porsi 1/2 butir	50 27.5	180.4 42.7	3.3 3.5	0.3 2.9	30.8 0.3
	Jumlah				0	0	0	0
Selingan Pkl. 21.00	Susu	Susu Vitoran	2 sdm	20	85	2.5	2.5	13.5
	Jumlah				0	0	0	0
Jumlah Makan Pagi dan Selingan Pagi					0	0	0	0
Catatan :					1033.8	32.5	16.9	161.3
Diisi Peneliti/Supervisor/Dosen Pengampu					1.122	41.71	37.07	152.04
Sub total =					927	787	461	1057
Kebutuhan persentase =								

Supervisor,

Nama Lengkap

Bengkulu,20 2025
Pengumpul Data
TTD

Nama Lengkap

Petunjuk Pengisian :

1. Identifikasi waktu makan responden
2. Identifikasi nama menu/hidangan yang dikonsumsi setiap waktu makan
3. Identifikasi nama bahan Makanan yang terkandung pada menu/hidangan
4. Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk URT setiap makanan yang dikonsumsi
5. Estimasi jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam bentuk gram per hari setiap makanan yang dikonsumsi
6. Konfirmasi Teknik Pengolahan Bahan Makanan
7. Perhitungan Konversi Berat Matang-Mentah
8. Perhitungan Konversi Serapan Minyak (Bahan Makanan yang diolah menggunakan Minyak)
9. Laku analisis energi dan zat gizi (menggunakan Nutri Survey atau TKPI)
10. Lakukan analisis Proporsi energi dan zat gizi per waktu makan

Lampiran 1.12 Lembar FFQ

JURUSAN GIZI POLITEKNIK KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

IDENTITAS DOKUMEN
FORM FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE

IDENTITAS MAHASISWA
Nama Mahasiswa : Heryuanti Novianjari
Tingkat Kelas :

IDENTITAS RESPONDEN
Nama/Kode : Usia : Jenis Kelamin :
Hari, tanggal :
Alamat Lengkap :

KLP	NAMA BAHAN MAKANAN	FREKUENSI KONSUMSI					Tidak Pernah	SCORING
		>1 kali per hari	1 kali sehari / (4-6 kali seminggu)	3 kali per minggu	< 3 kali per minggu	< 1 kali per minggu		
KARBOHIDRAT	1. Nasi Putih	✓						50
	2. Tepung Beras							
	3. Tepung Terigu							
	4. Ubi Jalar Kuning							
	5. Ubi Jalar Ungu							
	6. Singkong							
	7. Roti Putih			✓				15
	8. Biskuit		✓					25
	9. Mie					✓		1
	10. Bihun							
	11. Kentang							
	12. Jagung Manis							
	13. Sereal				✓			10
Jumlah								101
Rata-rata Skor								31.7
PROTEIN HEWANI	1. Ikan tuna					✓		1
	2. Tongkol							
	3. Ikan dencis							
	4. Ikan teri							
	5. Cumi cumi							
	6. Udang							
	7. Telur ayam		✓					25
	8. Telur bebek asin							
	9. Daging ayam							
	10. Daging sapi							
	11. Hati ayam							
	12. Telur bebek		✓					25
	13. Ikan nila							
14. Ikan Lele								
15. Ikan bandeng								
16. Kepriting								
17. Daging kambing								
Jumlah								51
Rata-rata Skor								15.3
PROTEIN nabati	1. Tempe			✓				15
	2. Tahu			✓				15
	3. Kacang Tanah							
	4. Kacang merah							
	5. Kacang Hijau							
	6. Oncom							
	7. Petai							
Jumlah								30
Rata-rata Skor								4.2
BUAH	1. Hayam		✓					10
	2. Sawi				✓			25
	3. Brokoli							
	4. Tomat							
	5. Wortel		✓					25
	6. Kol							
	7. Kembang kol							
8. Buncis					✓		1	
Jumlah								71
Rata-rata Skor								3.55

KLP	NAMA BAHAN MAKANAN	FREKUENSI KONSUMSI					Tidak Pernah	SCORING
		>1 kali per hari	1 kali sehari / (4-6 kali seminggu)	3 kali per minggu	< 3 kali per minggu	< 1 kali per minggu		
SAYURAN	9. Pakcoy							
	10. Nangka muda							
	11. Ketimun mentah							
	12. Kangkung					✓		10
	13. Kacang panjang							
	14. Labu sinta							
	15. Pepaya muda							
	16. Toge							
	17. Terong Bulat							
	18. Terong Panjang							
19. Oyong								
20. Daun Singkong								
Jumlah								71
Rata-rata Skor								3.55
BUAH	1. Pepaya							
	2. Salak							
	3. Jeruk						✓	1
	4. Mangga							
	5. Jambu biji							
	6. Pisang					✓		10
	7. Anggur							
	8. Apel							
	9. Belimbing							
	10. Duku							
	11. Durian							
	12. Jambu air							
	13. Melon							
	14. Rambutan							
	15. Semangka							
Jumlah								11
Rata-rata Skor								0.73

Ket: Skor frekuensi:
 A. >1 kali per hari (sering sekali dikonsumsi)
 B. 1 kali sehari / 4-6 kali seminggu (sering dikonsumsi)
 C. 1-3 kali per minggu (biasa dikonsumsi)
 D. < 3 kali per minggu (kadang-kadang dikonsumsi)
 E. < 1 kali per minggu (jarang dikonsumsi)
 F. Tidak pernah dikonsumsi

: skor 50
 : skor 25
 : skor 15
 : skor 10
 : skor 1
 : skor 0

Bengkulu, 2025
 Mahasiswa
 TTD
 Nama Lengkap

Karbohidrat = 101
 Hewani = 30
 Nabati = 71
 Sayur = 71
 buah = 11

Lampiran 1.13 surat selesai penelitian



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR
{Badan Layanan Umum Daerah}

Jl. Sepakat RT. 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru TELP. (0736) 28360
Email: pkmsawahlebar@gmail.com



SURAT KETERANGAN

Nomor : 445/114/PKM-SLV/2026

Berdasarkan Surat Rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/1374/D.Kes/2026 tanggal ... April 2026 tentang: Rekomendasi izin penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu :

Nama : Erna Yulista, S.Tr.Keb
N I P : 198802152011012001
Pangkat/Gol. : Penata – III/c
Jabatan : Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Dengan ini menerangkan :

Nama : Heryuantin Noviantari
NPM/ NIM : P01730123063
Program Studi : D III Gizi Poltekkes Bengkulu

Benar telah melaksanakan penelitian di UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dari tanggal 07 April 2026 s/d 07 Mei 2026 dengan judul “Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada Balita Gizi Lebih di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025”

Demikianlah keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya..

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada Tanggal : 20 Mei 2026
Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar
Kota Bengkulu

Erna Yulista, S.Tr.Keb
NIP. 198802152011012001

Tembusan :

1. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
2. Arsip

Lampiran 1.14 surat Ethical



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu

Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://poltekkesbengkulu.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.KEPK.BKL/758/12/2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Heryuantin Noviantari
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita Gizi Lebih Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025"

"Standardized Nutrition Care Process (PAGT) for Overweight Toddlers in the Sawah Lebar Community Health Center Work Area, Bengkulu City in 2025"

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

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

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 Desember 2025 sampai dengan tanggal 11 Desember 2026.

This declaration of ethics applies during the period December 11, 2025 until December 11, 2026.



December 11, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

00045/EA/2025/0064221771

Media

Media 1.1 Lembar Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN

Nama Pengumpul Data : Hasliqin Noviantri
 Tanggal Pengumpulan Data : 17 April 2026
 Alamat : Jalan Pasuk Lintang rt 19, row 3
 Desa/ Dusun/ Kelurahan : Sawah, Yogyakarta

No	Nama	Status Anggota Rumah Tangga	JK	Tanggal Lahir	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan / Panjang Badan (cm)	MT (kg/m ²)	Lingkar Pinggang	LLA
	Aprilio Wicaksono	Anak ke 3	L	13 April 2023	3 th	-	-	15.40	87	20 (okes)	-	18
	Kadani	Ayah	L	-	42	SMA	Pengusaha	-	-	-	-	-
	Nurfitriah	Ibu	P	-	38	SMA	IRT	53	159	20.9 (normal)	-	-

Keterangan Untuk di Status Anggota Rumah Tangga

1. Istri / Ibu Hamil / Dewasa
2. Suami/ Dewasa
3. Bayi (0-11 Bulan)
4. Baduta (12-23 Bulan)
5. Balita (24-59 Bulan)

RIWAYAT GIZI

PERTANYAAN ASI/SUSU	JAWABAN
Apakah mendapatkan asi eksklusif, sampai umur berapa	Sampai sekarang masih
Sekarang masih minum susu	Masih
Minum susu formula, berapa kali sehari	3 x
Sekali minum berapa ml	1 gelas kecil
Susu formula merek apa	Vidoran.

PERTANYAAN POLA MAKAN	JAWABAN
Makan berapa kali sehari	3 x sehari
Porsi makan banyak, sedang atau kecil	Sedang
Sering tambah porsi	Nambah
Apakah anak menghabiskan makanan/dipaksa makan	Habis

PERTANYAAN MP-ASI	JAWABAN
MPASI umur berapa	2 tahun
Awalnya makanan rumahan atau instan	instan
Apakah pernah diberi gula, garam selama mpasi	Iya

PERTANYAAN TENTANG CEMILAN	JAWABAN
Berapa kali ngemil sehari	Sering 1-4 x / minggu
Jenis cemilan apa	Biskuit, wafer, permen, gorengan, ciki
Apakah sering di beri makanan manis	Iya

PERTANYAAN KONSUMSI MINUMAN	JAWABAN
Minum air putih berapa gelas	2 gelas
Apakah ada minuman selain susu dan air putih	teh manis, sirup, oki manis
Seberapa sering minuman manis diberikan	2 kali

PERTANYAAN KEBIASAN MAKAN	JAWABAN
Makan sambil nonton tv	Iya
Jadwal makan teratur	tidak (pagi atau sore)
Siapa yang memberi makan	Ibu
Ada alergi makanan	tidak
Pantangan makanan	tidak
Kesukaan makanan	terur dan makanan berkuah
Pola tidur balita	tidak teratur ± 10 malam.

Media 1.2 Lembar Kusioner Pengetahuan Ibu

KUSIONER HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG GIZI BALITA TAHUN 2026

A. Petunjuk Pengisian

1. Diisi sendiri oleh responden
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan cermat
3. Beri tanda ceklist atau lingkari pada salah satu jawaban yang di anggap benar

Karakteristik ibu yang punya balita

Nama ibu :

Umur : 1. <20 tahun
2. 20-35 tahun
③ >35 tahun

Pendidikan : 1. SD
2. SMP
③ SMA
4. S1

Pekerjaan : 1. Tidak Bekerja
2. PNS
③ IRT

KUSIONER PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI

1. Apakah pengertian obesitas anak yang ibu ketahui
③ a. Peningkatan berat badan anak yang berlebihan ✓
b. Peningkatan berat badan anak yang sesuai umur
c. Peningkatan berat badan yang menunjukkan anak sehat dan gizi tinggi
2. Apakah pendapat ibu mengenai anak obesitas
a. Anak yang mengalami obesitas waktu kecil menggemaskan lucu dan tidak berbahaya ③

- b. Anak yang mengalami obesitas beresiko mengalami obesitas dimasa dewasa (10)
- (c) Anak yang mengalami obesitas waktu kecil akan berubah dengan sendirinya pada masa dewasa kelak. (10)
3. Apakah tanda-tanda anak obesitas
- a. Badan gemuk dan sehat
- (b) Badan gemuk dan tidak sehat ✓
- c. Badan kurus dan tidak sehat
4. Apakah kebiasaan menonton TV dan bermain komputer berpengaruh terhadap obesitas pada anak?
- (a) Tidak berpengaruh ✗
- b. Berpengaruh
- c. Sangat berpengaruh
5. Manakah kegiatan berikut yang bisa menyebabkan obesitas pada anak menurut ibu?
- (a) Menonton TV sambil makan ✓
- b. Menonton TV sambil membaca buku
- c. Makan di meja makan
6. Apa yang ibu ketahui tentang makanan sehat.
- a. Makanan yang mahal.
- (b) Makanan yang mengandung zat-zat gizi. ✓
- c. Makanan yang mengenyangkan.
7. Makanan yang bergizi adalah..
- (a) Makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna ✓
- b. Makanan yang mengenyangkan
- c. Makanan yang memiliki rasa yang enak

8. Dibawah ini yang bukan termasuk sumber makanan pokok/karbohidrat adalah.
- a. Beras
- b. Singkong
- (c) Daging ✓
9. Makanan berikut yang mengandung protein hewani adalah.
- a. Tempe
- b. Minyak ikan
- (c) Daging ✓
10. Sayuran dan buah-buahan merupakan bahan makanan yang kaya akan.
- a. Protein
- (b) Vitamin ✓
- c. Karbohidrat

Nilai = 90

Benar = 8,5

Media 1.4 Leaflet Edukasi

Bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan



BAHAN MAKANAN DIANJURKAN

- BAHAN MAKANAN TINGGI SERAT, SAYUR, BUAH, NASI MERAH, ROTI GANDUM UTUH.
- BAHAN MAKANAN RENDAH LEMAK, SUSU RENDAH LEMAK, YOGURT RENDAH LEMAK



BAHAN MAKANAN TIDAK DIANJURKAN

- MAKANAN YANG MENGANDUNG LEMAK TINGGI, SOSIS, KORNED DAGING BEBEK
- MAKANAN YANG MENYERAP LEMAK, GORENGAN, KRIPK
- MAKANAN DAN MINUMAN MANIS, MINUMAN BERSODA, CAKE
- JUNKFOOD, KENTANG GORENG

total energi 1.265 kkal

CONTOH MENU

makan pagi

- nasi putih
- soup daging ayam
- perkedel tempe
- tumis sayur

selingan pagi

- buah pepaya

Makan siang

- nasi putih
- ikan bakar/panggang
- bening sayur
- tumis tahu

Selingan sore

- buah apel

makan malam

- nasi putih
- pepes ikan nila
- tahu soup
- tumis sayur
- buah semangka

Diet Rendah Kalori 1.500 kkal

Rendah kalori 1.500 kkal



Nama : An.A
Umur : 3 tahun
jenis kelamin : Laki-laki
konselor : Heryuantin Noviantari

Obesitas

- terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan energi dan keluarnya energi sehingga terjadi kelebihan energi yang selanjutnya disimpan dalam bentuk jaringan lemak, gizi lebih dan obesitas memberikan dampak dampak besar bagi tumbuh kembang anak.

Diet rendah kalori

- Diet rendah kalori pada balita adalah pengaturan pola makan dengan membatasi asupan kalori berlebih fokus pada pengurangan gula tambahan, lemak jenuh, dan makanan olahan guna mencapai berat badan ideal tanpa mengurangi nutrisi penting

prinsip diet

- diet seimbang dengan komposisi kh 50-60% protein 15-20% lemak 30%
- Bentuk dan jenis makanan harus di terima anak serta tidak di paksa mengkonsumsi makanan yang tidak di sukai
- diet tinggi serat dapat membantu pengaturan BB anak

tujuan pemberian

- dalam upaya memperlambat peningkatan, mempertahankan, atau menurunkan berat badan sampai BB sesuai dengan TB aktual dengan tetap memperhatikan faktor pertumbuhan anak atau balita

SYART DIET



makan sayur atau buah 5 porsi sehari, makan teges awal dengan pola makan besar 3 kali/hari dan selingan 2 kali/hari yang terjadwal selingan di utamakan dalam bentuk buah segar



mengubah perilaku makan misalnya belajar mengontrol porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi serta mengurangi makanan cemilan dan minuman manis untuk memberikan dorongan positif agar lebih berhasil dan berhasil



Latihan fisik yang diberikan pada anak disesuaikan dengan tingkat perkembangan motorik kemampuan fisik dan umurnya



dianjurkan untuk sarapan setiap pagi anak dengan obesitas cenderung melewatkan sarapan atau mengkonsumi porsi kecil untuk sarapan

Penyebab dan gejala

PENYEBAB

- Asupan energi yang tinggi atau keluar nya energi yang rendah
- pola makan yang tidak sehat
- Kurangnya aktifitas fisik
- faktor keturunan atau genetik
- faktor lingkungan
- pola tidur yang buruk
- faktor psikologis

GEJALA

- Berat badan jauh melebihi rata-rata anak seusianya.
- Mudah lelah dan sesak napas saat beraktivitas fisik.
- Mudah lelah dan sesak napas saat beraktivitas fisik.
- Sering mengorok (mendengkur) atau mengalami sleep apnea (pemapasan berhenti sejenak) saat tidur

Dokumentasi

