LAPORAN TUGAS AKHIR

ASUHAN GIZI PADA IBU MENYUSUI YANG MEMPUNYAI BALITA STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERINDU KOTA BENGKULU TAHUN 2025

DISUSUN OLEH :

VERA RISNAWATI
NIM: P01730122095

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PRODI DIPLOMA III GIZI
TAHUN 2025

HALAMAN JUDUL

LAPORAN TUGAS AKHIR

ASUHAN GIZI PADA IBU MENYUSUI YANG MEMPUNYAI BALITA STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERINDU KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Laporan Tugas Akhir Ini Diajukan Untuk

Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Gelar Diploma III Gizi

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DISUSUN OLEH :

VERA RISNAWATI
NIM: P01730122095

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PRODI DIPLOMA III GIZI
TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
LAPORAN TUGAS AKHIR

ASUHAN GIZI PADA IBU MENYUSUI YANG MEMPUNYAI BALITA STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERINDU KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh:

VERA RISNAWATI
NIM: P01730122095

Laporan Tugas Akhir Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Program Studi Diploma Tiga Gizi Pada Tanggal 15 Juli 2025

Kemenkes Bengkulu

Mengetahui
Pembimbing Laporan Tugas Akhir

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., MKM	**Okdi Natan, S.Gz., M.Biomed**
NIP. 197309261997022001	**NUP. 9940012169**

iii

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN TUGAS AKHIR

ASUHAN GIZI PADA IBU MENYUSUI YANG MEMPUNYAI BALITA STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERINDU KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :
VERA RISNAWATI
NIM: P01730122095

Laporan Tugas Akhir Ini Telah Diperiksa dan Disetujui dan Telah Dipertahankan Dihadapkan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Program Studi Diploma Tiga Gizi
Pada Tanggal 15 Juli 2025

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Tim Penguji,

Ketua Dewan Penguji	**Penguji II**
Jumiyati, SKM., M.Gizi	**Risda Yulianti, S.Gz, M.Sc., Ph. D**
NIP. 197502122001122001	**NIP. 198807022010122001**
Penguji III	**Penguji IV**
Okdi Natan, S.Gz., M.Biomed	**Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., MKM**
NUP. 9940012169	**NIP. 197309261997022001**

Mengesahkan
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Anang Wahyudi, S.Gz., MPH
NIP. 19821019200604100

BIODATA PENULIS



Nama	: Vera Risnawati
Tempat Tanggal Lahir	: Bengkulu Utara, 22 Maret 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Ahmad Yani, Desa Sidomukti RT 01 Dusun 2, Kec. Padang Jaya Kab. Bengkulu Utara
Email	: verarisnawati123@gmail.com
Riwayat Pendidikan	: 1. TK Bina Anak Prasa 2. SD Negeri 13 Padang Jaya 3. SMP Negeri 29 Bengkulu Utara 4. SMA Negeri 08 Bengkulu Utara

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

Laporan Tugas Akhir

Asuhan Gizi Pada Ibu Menyusui Yang Mempunyai Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu Tahun 2025

Vera Risnawati[1], Betty Yosephin[2], Okdi Natan[3]
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jl. Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225

verarisnawati123@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Ibu menyusui adalah kelompok sasaran yang sangat penting dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) seorang anak. Kekurangan asupan zat gizi dalam jangka waktu yang lama pada ibu menyusui akan berpengaruh terhadap kualitas ASI yang diberikan. Akibatnya, tidak tercukupinya kebutuhan zat gizi anak dan akhirnya menjadi salah satu penyebab anak mengalami stunting.
Tujuan: Dilaksanakan penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada ibu menyusui yang mempunyai balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu.
Metode: Studi kasus deskriptif ini dilaksanakan pada seorang responden perempuan berusia 37 tahun yang mempunyai balita stunting yang masih menyusui. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli tahun 2025 selama satu minggu. Data dikumpulkan melalui assessmen gizi yang komprehensif meliputi data riwayat makan, antropometri data, biokimia data, pemeriksaan fisik/klinis, dan riwayat personal responden. Intervensi gizi yang diberikan berupa edukasi yang disesuaikan dengan kondisi responden menggunakan media lembar balik.
Hasil: Asupan energi dan zat gizi responden sebelum intervensi tergolong kurang, setelah dilakukan intervensi berupa edukasi diikuti dengan monitoring dan evaluasi harian, rata-rata asupan makan responden mulai meningkat secara bertahap yaitu asupan energi menjadi 63%, asupan protein 70%, asupan lemak 94%, dan asupan karbohidrat 39%. Setelah dilakukan intervensi selama seminggu pengetahuan responden juga mulai menunjukkan peningkatan yang signifikan.
Kesimpulan: Penatalaksanaan proses asuhan gizi terstandar pada ibu menyusui efektif dalam membantu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai kebutuhan asupan dan pola makan selama masa menyusui meskipun asupan yang dicapai belum optimal.

Kata kunci: Ibu Menyusui, Asuhan Gizi Terstandar, Balita Stunting, Edukasi Gizi.

DIPLOMA III NUTRITION STUDY PROGRAM

MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF HEALTH, BENGKULU

Final Assignment Report

Nutritional Care for Breastfeeding Mothers with Stunting Toddlers in the Work Area of Sukamerindu Community Health Center Bengkulu City in 2025

Vera Risnawati[1], Betty Yosephin[2], Okdi Natan[3]
Department of Nutrition, Ministry of Health Polytechnic of Health, Bengkulu, Jl. Indragiri No. 3, Padang Harapan, Bengkulu 38225

verarisnawati123@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breastfeeding mothers are a crucial target group during a child's first 1,000 days of life. Prolonged nutritional deficiencies in breastfeeding mothers will undoubtedly impact the quality of their breast milk. Consequently, the child's nutritional needs are not met, ultimately contributing to stunting.
Objective: Implementation of standardized nutritional care management for breastfeeding mothers who have stunted toddlers in the Sukamerindu Community Health Center work area, Bengkulu City.
Method: This descriptive case study was conducted on a 37-year-old female respondent who had a stunted toddler who was still breastfeeding. This study was conducted in July 2025 for one week. Data were collected through a comprehensive nutritional assessment including dietary history data, anthropometric data, biochemical data, physical/clinical examinations, and the respondent's personal history. The nutritional intervention provided was in the form of education tailored to the respondent's condition using flipchart media.
Results: The respondent's energy and nutrient intake before the intervention was classified as insufficient, after the intervention in the form of education followed by daily monitoring and evaluation, the average food intake of the respondents began to increase gradually, namely energy intake to 63%, protein intake 70%, fat intake 94%, and carbohydrate intake 39%. After the intervention for a week, the respondents' knowledge also began to show a significant increase.
Conclusion: The implementation of standardized nutritional care processes for breastfeeding mothers is effective in helping to increase mothers' knowledge regarding nutritional needs and dietary patterns during breastfeeding, even though the intake achieved is not optimal.

Keywords: Breastfeeding Mothers, Standardized Nutritional Care, Stunting Toddlers, Nutrition Education.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya serta kemudahan yang telah diberikan sehingga penyusun dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan judul "**Asuhan Gizi Pada Ibu Menyusui Yang Mempunyai Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu Tahun 2025**" Sebagai syarat untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.

Penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terimakasih kepada Bapak/Ibu :

1. Ibu Linda, SST., M.Kes sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Bapak Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Kusdalinah, SST., M. Gizi selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., MKM selaku Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dalam membantu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.
5. Bapak Okdi Natan, S.Gz., M.Biomed selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk memberikan

bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dalam membantu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.

6. Ibu Jumiyati, SKM, M.Gizi selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan masukan, kritik, serta saran yang membangun dalam proses penyusunan dan penyempurnaan Laporan Tugas Akhir ini.
7. Ibu Risda Yulianti, S.Gz, M.Sc., Ph.D selaku penguji II yang telah memberikan masukan, kritik, serta saran yang membangun dalam proses penyusunan dan penyempurnaan Laporan Tugas Akhir ini.
8. Teruntuk kedua orang tuaku tercinta Meskipun tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, tetapi mereka mampu mengantarkan putrinya untuk meraih mimpinya. Terima kasih yang tiada terhingga atas limpahan kasih sayang, doa yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, dan dukungan yang selalu mengiringi setiap langkah penulis. Kerja keras dan semua pengorbanan yang diberikan adalah alasan terbesar yang membuat penulis mampu bertahan hingga di titik ini.
9. Kakak kandung saya Heru Saputra, terima kasih banyak sudah ikut serta dalam proses menempuh pendidikan penulis, menjadi salah satu donatur terbaik untuk segala keperluan yang dibutuhkan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan.
10. Adekku tersayang Anggun Novia Clarista, terima kasih juga telah menjadi salah satu alasan penulis menyelesaikan pendidikan ini. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat adikku, semoga kakakmu ini bisa menjadi contoh dan inspirasi yang baik untukmu melangkah lebih jauh lagi.

11. Sahabatku Anggun Wirasti dan Diah Zhafiratika, terima kasih telah menemani selama masa perkuliahan ini. Terima kasih sudah menjadi teman, sahabat, sekaligus saudara yang saling menguatkan, menasehati, dan membantu satu sama lain. Mengambil banyak peran penting di balik penyusunan Laporan Tugas Akhir penulis. Semoga harapan, doa, dan mimpi-mimpi baik yang pernah kita ucapkan di kemudian hari menjadi kenyataan.
12. Terakhir kepada diriku sendiri Vera Risnawati terima kasih sudah berjuang dan bertahan sejauh ini. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah mampu bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena tidak menyerah untuk hal sesulit apapun dalam proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini. *Pround of myself*.

Penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Atas perhatian dan masukannya penyusun mengucapkan terima kasih.

Bengkulu, 29 Agustus 2025

Vera Risnawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **ii**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACK ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.4 Manfaat Penelitian 5
1.5 Keaslian Penelitian 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**
2.1 Air Susu Ibu (ASI) 7
2.2 Produksi ASI 8
2.3 Jenis ASI Berdasarkan Faktor Produksi ASI 8
2.4 Manfaat ASI 10
2.5 Kebutuhan Zat Gizi Ibu Menyusui 11
2.6 Asuhan Gizi Ibu Menyusui Balita Stunting 13
2.7 Asupan dan Pola Makan Ibu Menyusui 19
2.8 Penatalaksanaan Diet TETP Untuk Ibu Menyusui 21
2.9 Stunting 25
2.10 Faktor Penyebab Stunting 26
2.11 Dampak Stunting 32
BAB III METODE PENELITIAN **33**
3.1 Jenis Penelitian 33
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian 33
3.3 Subjek Penelitian 33
3.4 Instrumen Penelitian 34
3.5 Jenis dan Cara Pengumpulan Data 35
3.6 Pengolahan Data 35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN **38**
4.1 Jalannya Penelitian 38

4.2 Identitas Responden 39
4.3 Identitas Balita 39
4.4 Skrining Gizi 40
4.5 Assessmen Gizi 41
4.6 Diagnosa Gizi 48
4.7 Intervensi Gizi 48
4.8 Monitoring dan Evaluasi 52
4.9 Pembahasan 60
BAB V PENUTUP 63
5.1 Kesimpulan 63
5.2 Saran 64
DAFTAR PUSTAKA 66
LAMPIRAN 71

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 6
Tabel 2.1 Bahan Makanan Yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan 24
Tabel 2.2 Contoh Menu Diet TETP Dalam Sehari 25
Tabel 2.3 Kategori Ambang Batas Status Gizi Anak Umur 0-60 Bulan 26
Tabel 2.4 Klasifikasi Berat Bayi Lahir Rendah 29
Tabel 4.1 Skrining Gizi MST 40
Tabel 4.2 Hasil *Recall* 1x24 Jam 41
Tabel 4.3 Pengukuran Antropometri Data 42
Tabel 4.4 Pemeriksaan Biokimia Data 43
Tabel 4.5 Pemeriksaan Klinis 43
Tabel 4.6 *Client History* 44
Tabel 4.7 Kuesioner Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif 44
Tabel 4.8 Kuesioner Pengetahuan Tentang Gizi Ibu Menyusui 45
Tabel 4.9 Kuesioner Pengetahuan Tentang MPASI 47
Tabel 4.10 Diagnosis Gizi 48
Tabel 4.11 Monitoring dan Evaluasi 52
Tabel 4.12 Monitoring Hasil *Recall* 3x24 Jam Setelah Edukasi 52
Tabel 4.13 Monitoring Antropometri 54
Tabel 4.14 Monitoring Biokimia 54
Tabel 4.15 Monitoring Pemeriksaan Klinis 55
Tabel 4.16 Monitoring Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif 56
Tabel 4.17 Monitoring Pengetahuan Gizi Ibu Menyusui 57
Tabel 4.18 Monitoring Pengetahuan Tentang MPASI 59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Monitoring Asupan Energi 53

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Informed Consent* 72
Lampiran 2 Pedoman Pengumpulan Data 73
Lampiran 3 Kuesioner Pengetahuan Ibu 75
Lampiran 4 Hasil *FFQ* 81
Lampiran 5 Hasil *Recall* 24 Jam Sebelum Intervensi 83
Lampiran 6 Hasil *Recall* Hari Ke-1 Setelah Intervensi 84
Lampiran 7 Hasil *Recall* Hari Ke-2 Setelah Intervensi 85
Lampiran 8 Hasil *Recall* Hari Ke-3 Setelah Intervensi 86
Lampiran 9 Satuan Acara Konseling 87
Lampiran 10 Lembar Balik 90
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian 98
Lampiran 12 Surat Rekomendasi Kesbangpol 99
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan 100
Lampiran 14 Surat Keterangan Selesai Penelitian 101
Lampiran 15 *Etichal Clearance* 102
Lampiran 16 Dokumentasi Penelitian 103

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu