

Lampiran 1. Angket Penelitian

KATA PENGANTAR

Ibu yang terhormat,

Pada kesempatan ini perkenankanlah kami meminta bantuan Ibu untuk mengisi angket yang telah kami berikan, angket ini berisi tentang :

- 1) Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita
- 2) Pola Makan Balita
- 3) Status Gizi Balita

Pengetahuan yang harus dimiliki oleh seorang Ibu tentang gizi balita (anak), antara lain: pemahaman gizi tentang balita dan penerapan gizi dalam pemberian makan untuk balita. Pola makan balita adalah pengaturan makan terhadap balita (anak) yang dilakukan oleh ibu selama 3 hari. Status gizi balita dapat dilihat melalui berat badan dan tinggi balita.

Hasil penelitian ini sangat berguna bagi kami dalam menyelesaikan tugas penyusunan skripsi. Untuk itu kami mengharapkan agar di dalam mengisi angket ini dengan sungguh-sungguh, sesuai keadaan yang sebenarnya. Jawaban dari Ibu akan kami jamin kerahasiaannya. Atas ketersediaan Ibu-ibu dalam mengisi angket ini, kami mengucapkan banyak terimakasih. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan Ibu-ibu sekalian kepada kami. Amin.

Peneliti,

Fitri Mulyaningsih

Mahasiswa Universitas Negeri
Yogyakarta

ANGKET PENELITIAN

Identitas Responden

Nama Lengkap Ibu :
Umur Ibu :
Pendidikan Terakhir :
Pekerjaan :
Alamat :

A. Pengetahuan Ibu

Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang Ibu anggap benar.

1. Yang dimaksud dengan balita adalah
 - a. bayi lima tahun
 - b. anak usia di bawah lima tahun (0-5 tahun)
 - c. anak usia antara 1-5 tahun
 - d. anak usia 5 tahun
2. Pengertian dari zat gizi balita adalah
 - a. Senyawa mutlak dari bahan-bahan makanan yang dibutuhkan oleh tubuh balita
 - b. Senyawa mutlak yang terdapat di dalam tubuh balita
 - c. Zat yang terkandung dalam makanan balita
 - d. Makanan yang dibutuhkan untuk balita
3. Fungsi zat gizi bagi tubuh balita adalah.....
 - a. Zat tenaga dan zat perangsang
 - b. Zat energi
 - c. zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur
 - d. zat pembangun dan zat pengatur
4. Unsur-unsur zat gizi yang dibutuhkan oleh balita terdiri dari
 - a. Karbohidrat, lemak, protein, vitamin
 - b. Karbohidrat, vitamin, lemak, protein, mineral, air
 - c. Karbohidrat, mineral, vitamin, protein
 - d. Karbohidrat, lemak, protein, vitamin,air
5. Karbohidrat dibutuhkan oleh tubuh balita untuk memenuhi salah satu fungsinya, yaitu
 - a. Zat tenaga
 - b. Zat pengatur
 - c. Zat pembangun
 - d. Zat perangsang
6. Dalam makanan sehari-hari, protein banyak didapatkan dari.....
 - a. Daging, ikan, susu, telur
 - b. Ikan, susu, dan sayuran
 - c. Daging, ikan, sayuran, buah-buahan
 - d. Susu, telur dan buah-buahan
7. Untuk menghindari dehidrasi, maka tubuh balita memerlukan
 - a. Susu
 - b. Buah
 - c. Air
 - d. Sayuran

8. Beberapa vitamin yang diperlukan bagi tubuh balita adalah
a. A, D, E, K
b. A, B, C, D, E, K
c. A, B, C, D
d. A, B, C, D, E, F
9. Lemak dapat diperoleh dari beberapa bahan makanan, diantaranya.....
a. Daging sapi, sayuran, buah-buahan
b. Daging ayam, susu, hati, sayuran
c. Ayam, keju, kacang-kacangan, susu
d. Ikan, bayam, tomat, keju
10. Salah satu zat gizi yang berperan dalam proses pembekuan darah adalah ...
a. Mineral
b. Protein
c. Karbohidrat
d. Vitamin
11. Yang dimaksud dengan pola makan adalah.....
a. Kebiasaan makan seseorang dalam hal macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari
b. Cara makan seseorang dalam kehidupan sehari-hari berhubungan dengan sikap dan perilaku
c. Jenis bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari yang memenuhi standar gizi yang dibutuhkan
d. Waktu makan seseorang yang dilakukan pada periode tertentu
12. Makanan pelengkap pada bayi (0-1 tahun) terdiri dari
a. Susu dan ASI
b. Buah-buahan, biskuit, makanan lumat, makanan lembek
c. Nasi, sayur, lauk, buah
d. Buah dan susu
13. Yang dimaksud dengan menu 4 sehat 5 sempurna adalah
a. Pola menu seimbang yang terdiri dari nasi, sayur, tempe, daging dan susu
b. Pola menu sehat yang terdiri dari nasi, lauk, ikan, sayur dan susu
c. Menu sehat yang terdiri dari nasi, daging, ikan, sayur, dan buah
d. Pola menu seimbang yang terdiri dari nasi, lauk, sayur, buah dan susu
14. Yang dimaksud dengan porsi makan adalah
a. Jumlah jenis makanan yang dikonsumsi dalam sekali makan
b. Jumlah makanan yang dimakan setiap hari
c. Jumlah bahan makanan yang diberikan untuk sekali makan
d. Jumlah jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari

15. Yang dimaksud dengan frekuensi makan adalah
 a. Berapa kali makan yang dikonsumsi dalam sehari
 b. Pada pukul berapa makanan tersebut dikonsumsi
 c. Berapa jenis makanan yang dikonsumsi dalam sehari
 d. Berapa jumlah makanan yang dikonsumsi dalam sehari
16. Makanan pokok merupakan makanan utama yang biasanya berasal dari bahan berupa
 a. Sereal dan sayuran
 b. Umbi-umbian dan sayuran
 c. Sereal dan umbi-umbian
 d. Sayuran dan daging
17. Yang termasuk bahan lauk nabati adalah
 a. Tempe, kacang tanah, daging, ikan
 b. Daging, ayam, ikan, telur
 c. Tahu, tempe, kacang tanah, kacang hijau
 d. Tahu, ikan, daging, telur
18. Yang termasuk bahan lauk hewani adalah
 a. Tempe, kacang tanah, daging, ikan
 b. Daging, ayam, ikan, telur
 c. Tahu, tempe, kacang tanah, kacang hijau
 d. Tahu, ikan, daging, telur
19. Makanan selingan merupakan
 a. Makanan pendamping nasi
 b. Makanan kecil yang dikonsumsi di antara waktu makan
 c. Makanan pencuci mulut
 d. Makanan pelengkap menu makan pada satu kali waktu makan
20. Contoh makanan yang dapat dijadikan sebagai makanan selingan adalah
 a. Tempe goreng, tahu bacem, semur telur, ayam goreng
 b. Pepaya, nanas, melon, pisang
 c. Orak-arik bakso, gulai ayam, sop sayuran, sayur bening bayam
 d. Risoles, kroket, lempeng, kue

B. Pola Makan Balita

Untuk mengisi kolom pola makan, dilakukan dengan cara mengisi jenis makanan apa yang dikonsumsi selama 3 hari.

Nama Balita :
 Umur Balita :

I. Hari ke 1

Hari :

Tanggal :

Waktu	Menu makan	Bahan yang dikonsumsi			Jumlah
		Jenis	Porsi		
			URT.	Gr *	
Makan Pagi Pukul.....					
Selingan Pagi Pukul.....					
Makan Siang Pukul.....					
Selingan Sore Pukul.....					
Makan Malam Pukul.....					

II. Hari ke 2

Hari :

Tanggal :

Waktu	Menu makan	Bahan yang dikonsumsi			Jumlah
		Jenis	Porsi		
			URT.	Gr *	
Makan Pagi Pukul.....					
Selingan Pagi Pukul.....					
Makan Siang Pukul.....					
Selingan Sore Pukul.....					
Makan Malam Pukul.....					

III. Hari ke 3

Hari :

Tanggal :

Waktu	Menu makan	Bahan yang dikonsumsi			Jumlah
		Jenis	Porsi		
			URT.	Gr *	
Makan Pagi Pukul.....					
Selingan Pagi Pukul.....					
Makan Siang Pukul.....					
Selingan Sore Pukul.....					
Makan Malam Pukul.....					

NB. URT = ukuran rumah tangga
 * = diisi oleh peneliti
 Jumlah = jumlah bahan, diisi oleh peneliti

Contoh :

Waktu	Menu makan	Bahan yang dikonsumsi			Jumlah
		Jenis	Berat		
			URT.	Gr *	
Makan Pagi Pukul.07.30	Nasi Tumis bayam Telur mata sapi Susu pisang	Beras Bayam Minyak Telur Susu pisang	1 prs ½ gls 2 sdm 1 butir 1 gls 1 buah		
Selingan Pagi Pukul.10.00	Lumpia sayuran	Terigu Telur Wortel Loncang Minyak	2 sdm ½ btr ½ bh ½ btg 2 sdm		
Makan Siang Pukul.12.00	Nasi Sop ayam Perkedel tempe Pepaya Teh manis	Beras Ayam Kentang Brokoli Tempe Telur Pepaya Teh Gula pasir	1 prs 1 ptg ½ bh 3 ptg 1 ptg ½ btr 1 ptg 1 gls 2 sdt		
Selingan Sore Pukul15.00	Pisang goreng	Pisang Terigu	1 buah 2 sdm		
Makan Malam Pukul.18.00	Nasi Bandeng presto Cah tahu dan caisin Susu Apel	Beras Bandeng Telur Tahu caisin Susu Apel	1 prs ½ ekor ½ btr ½ ptg 1 tangkai 1 gls 1 bh		

Keterangan untuk ukuran Rumah Tangga

Arti singkatan :

Bsr	= besar	Lbr	= lembar
Kcl	= kecil	Tgkai	= tangkai
Sdg	= sedang	Btg	= batang
Prs	= porsi	Bj	= biji
Sdm	= sendok makan	Bh	= buah
Sdt	= sendok teh	Ptg	= potong
Prg	= piring	Btr	= butir
Mkk	= mangkuk	Bks	= bungkus
Gls	= gelas		

Ukuran Rumah Tangga :

1 porsi nasi	= 200 gr	1 btr telur ayam kampung	= 35 gr
½ porsi nasi	= 150 gr	1 btr telur ayam ras	= 60 gr
1 gls nasi	= 125 gr	1 btr telur bebek	= 60 gr
1 sdm terigu	= 5 gr	1 bj sedang kentang	= 100 gr
1 sdm gula pasir	= 8 gr	1 bj sedang wortel	= 50 gr
1 sdm minyak goreng	= 10 gr	10 bj anggur	= 75 gr
1 gls susu sapi	= 200 gr	1 ptg semangka	= 150 gr
1 ptg sdg dag. ayam	= 50 gr	1 bh pisang	= 75 gr
1 ptg sdg daging sapi	= 50 gr	1 bh apel	= 100 gr
1 ptg sdg ikan asin	= 25 gr	1 bh jeruk	= 100 gr
1 ptg sdg ikan segar	= 50 gr	1 ptg pepaya	= 100 gr
1 ptg sdg tempe	= 25 gr		
1 bj besar tahu	= 100 gr		

III. Status Gizi Balita (anak)

Nama Anak :

Berat Badan :kg

Tinggi Badan :cm