

**GAMBARAN KONSUMSI MAKANAN DAN STATUS GIZI
ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 1 TONJA
DENPASAR UTARA**



Oleh:

**NI KETUT AYU ANGGA PRATIWI WINASARI
NIM. P07131016015**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI D-III
DENPASAR
2019**

**GAMBARAN KONSUMSI MAKANAN DAN STATUS GIZI
ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 1 TONJA
DENPASAR UTARA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III
Jurusang Gizi**

Oleh:

**NI KETUT AYU ANGGA PRATIWI WINASARI
NIM. P07131016015**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI D-III
DENPASAR
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

GAMBARAN KONSUMSI MAKANAN DAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 1 TONJA DENPASAR UTARA

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



I Ketut Kencana, SKM., M.Pd.
NIP. 195806141985021001

Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes.
NIP. 196208161985031004

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



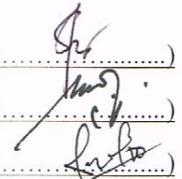
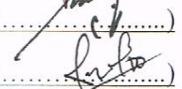
Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP. 196703161990032002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**GAMBARAN KONSUMSI MAKANAN DAN STATUS GIZI
ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 1 TONJA
DENPASAR UTARA**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 27 MEI 2019**

TIM PENGUJI:

1. I Made Suarjana, SKM., M.Kes. (Ketua) 
2. Ir. I Made Purnadibrata., M.Kes. (Anggota) 
3. I Ketut Kencana, SKM., M.Pd. (Anggota) 

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Ketut Ayu Angga Pratiwi Winasari

Nim : P07131016015

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2019

Alamat : Jalan Ratna Gg. Merak No.20 Denpasar Utara

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir dengan judul Gambaran Konsumsi Makanan Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat dari karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Denpasar, Mei 2019
Yang membuat pernyataan



(Ni Ketut Ayu Angga Pratiwi Winasari)
NIM. P07131016015

**DESCRIPTION OF FOOD CONSUMPTION AND NUTRITIONAL
STATUS PRIMARY SCHOOL CHILDREN NEGERI 1 TONJA
DENPASAR UTARA**

ABSTRACT

Physical, mental and social growth occurs rapidly in school-age children, so children need more nutrition to support their growth and activities. Elementary school children are one of the groups vulnerable to nutritional problems. The reason is the low economic level, low knowledge of parents about the nutrition they need. Food consumption is a direct cause of nutritional status in addition to health services. Food consumption contributes greatly to the nutritional status and health of children. Lack of food containing nutrients needed in a prolonged period can have an adverse effect on the growth of children and result in changes in brain metabolism. The purpose of this study was to describe the distribution of nutritional status based on food consumption of students of 1 Tonja Elementary School in North Denpasar. The type and design of this study included observational research with a cross sectional approach. The research subjects were 1-2 classes randomly selected (Random Sampling). The results showed that the more fulfilled nutrient requirements the better the nutritional status. In this study there was still found thin nutrition 5,4%, fat 10,8% and obesity 16,3%. This shows the development of nutritional problems spread to both indicators.

Keywords: food consumption, nutritional status

GAMBARAN KONSUMSI MAKANAN DAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 1 TONJA DENPASAR UTARA

ABSTRAK

Pertumbuhan fisik, mental dan sosial terjadi secara cepat pada anak usia sekolah, sehingga anak-anak membutuhkan gizi yang lebih banyak untuk mendukung pertumbuhan dan aktivitasnya. Anak-anak usia sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah, pengetahuan orang tua yang rendah tentang gizi yang dibutuhkannya. Konsumsi makanan merupakan penyebab langsung terhadap status gizi selain pelayanan kesehatan. Konsumsi makanan memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap status gizi dan kesehatan anak. Kekurangan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam periode yang berkepanjangan dapat membawa pengaruh yang tidak baik terhadap pertumbuhan anak dan mengakibatkan perubahan metabolisme otak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran sebaran status gizi berdasarkan konsumsi makanan siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara. Jenis dan rancangan penelitian ini termasuk jenis penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah kelas 1-2 yang dipilih secara acak (*Random Sampling*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa makin terpenuhinya kebutuhan zat gizi semakin baik juga status gizinya. Pada penelitian ini masih ditemukan gizi kurus 5,4%, gemuk 10,8% dan obesitas 16,3%. Hal ini menunjukkan perkembangan masalah gizi menyebar kepada kedua indikator.

Kata kunci : konsumsi makanan, status gizi

RINGKASAN PENELITIAN

**Gambaran Konsumsi Makanan dan Status Gizi
Anak Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara**

Oleh : Ni Ketut Ayu Angga Pratiwi Winasari (NIM: P07131016015)

Anak-anak usia sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Adapun penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah, pemahaman orang tua yang sangat rendah tentang gizi yang dibutuhkan anak menyebabkan asupan gizi yang kurang seimbang pada anak usia Sekolah. Konsumsi makanan dan gizi memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap status gizi dan kesehatan anak. Makanan berpengaruh terhadap perkembangan otak. Kekurangan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam periode yang berkepanjangan dapat membawa pengaruh yang tidak baik terhadap pertumbuhan anak dan mengakibatkan perubahan metabolisme otak. Dengan demikian, kemampuan dan fungsi otak menjadi tidak maksimal.

Berdasarkan dari pengamatan peneliti, kantin sekolah sebagian besar menyediakan makanan ringan olahan pabrik seperti: snack, ciki, sosis, minuman teh dalam kemasan dan lain-lain. Menurut kajian gizi itu tidak baik untuk pertumbuhan anak, karena anak dalam proses pertumbuhan yang sangat cepat memerlukan makanan yang bergizi dan seimbang serta memperbanyak konsumsi buah dan sayur sesuai yang dianjurkan dalam program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Selain itu, masih ada anak sekolah yang berstatus gizi kurus dan gemuk. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran konsumsi makanan dan status gizi anak Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara. Tujuan penelitian untuk mengetahui Gambaran sebaran konsumsi makanan berdasarkan status gizi anak Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara. Jenis dan rancangan penelitian ini termasuk jenis penelitian observasional dengan

pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah kelas 1-2 yang dipilih secara acak (*Random Sampling*).

Karakteristik sampel dibedakan menjadi berdasarkan umur, jenis kelamin, agama, anak ke, pendidikan orang tua dan pekerjaan orang tua diketahui diketahui bahwa umur sampel yang terbanyak adalah pada umur 8 tahun (51,3%). Sedangkan jenis kelamin diketahui bahwa nilainya berimbang antara laki-laki dan perempuan. Kemudian untuk sebaran agama diketahui bahwa agama sampel yang terbanyak adalah agama hindu (91,9%). Sebaran berdasarkan anak ke diketahui yang terbanyak adalah anak pertama (41,9%), pendidikan terakhir orang tua sampel diketahui yang terbanyak adalah dengan tingkat pendidikan menengah (59,4%) dan diketahui pekerjaan orang tua sampel yang terbanyak adalah sebagai karyawan swasta (63,5%).

Hasil penelitian berdasarkan status gizi anak sekolah diperoleh sebanyak 4 sampel (5,4%) yang bestatus gizi kurus, 50 sampel (67,5%) yang berstatus gizi normal, 8 sampel (10,8%) yang berstatus gizi gemuk dan 12 sampel (16,3%) yang berstatus gizi obesitas.

Hasil penelitian berdasarkan tingkat konsumsi energi, diperoleh yang terbanyak pada kategori tingkat konsumsi sedang 51,4%, tingkat konsumsi baik 44,6% dan tingkat konsumsi kurang 4,0%. tingkat konsumsi protein pada kategori baik sebanyak 69,0%. tingkat konsumsi lemak, diperoleh tingkat konsumsi lemak baik 13,5%, tingkat konsumsi sedang 52,7%, tingkat konsumsi kurang 20,2% dan tingkat konsumsi lemak deficit 13,6%. tingkat konsumsi karbohidrat baik 58,2% dan tingkat konsumsi karbohidrat sedang 29,7%. Semakin terpenuhinya kebutuhan zat gizi semakin baik juga status gizinya.

Daftar Bacaan : 23 (2001:2017)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyusun Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Konsumsi Makanan Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara”.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terimakasih atas bantuan dan bimbingan dari pihak dalam penyusunan Tugas Akhir ini, yaitu kepada :

1. Bapak I Ketut Kencana, SKM., M.Pd selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan dorongan serta masukan sehingga penyusunan Tugas Akhir dapat berjalan lancar.
2. Bapak Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram,. M.Kes selaku Dosen Pembimbing Pedamping yang telah memberikan bimbingan dan dorongan serta masukan sehingga penyusunan Tugas Akhir dapat berjalan lancar.
3. Kepala Sekolah dan Pihak Sekolah Sekolah Dasar Negeri 1 Tonja Denpasar Utara yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Bapak A.A Ngurah Kusumajaya, SP, MPH. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam penyelesaian Tugas Akhir.
5. Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan Tugas Akhir.
6. Seluruh dosen dan staf Jurusan Gizi Kemenkes Denpasar.
7. Keluarga, sahabat dan seluruh teman-teman yang telah mendukung dalam pengumpulan data hingga pada penyusunan Tugas Akhir ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusinya sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.

Denpasar, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Status Gizi	5
B. Konsumsi.....	16
BAB III KERANGKA KONSEP	20
A. Kerangka Konsep	20
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	21
BAB IV METODE PENELITIAN	22
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel Penelitian	22

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	23
E. Instrument Pengumpulan Data	24
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	25
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil	28
B. Pembahasan.....	37
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Simpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Status Gizi dengan Indeks IMT/U	12
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel.....	21
Tabel 3. Sebaran Sampel Berdasarkan Agama	30
Tabel 4. Sebaran Sampel Berdasarkan Urutan Kelahiran.....	30
Tabel 5. Sebaran Sampel Berdasarkan Pendidikan Orang Tua	31
Tabel 6. Sebaran Sampel Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua.....	31
Tabel 7. Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi	32
Tabel 8. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi	33
Tabel 8. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Lemak	33
Tabel 9 . Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Karbohidrat.....	35
Tabel 11. Hubungan Tingkat Konsumsi Energi berdasarkan Status Gizi.....	36
Tabel 12. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein berdasarkan Status Gizi.....	37
Tabel 13. Hubungan Tingkat Konsumsi Lemak berdasarkan Status Gizi	37
Tabel 14. Hubungan Tingkat Konsumsi Karbohidrat berdasarkan Status Gizi..	
.....	38

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep	20
Gambar 2. Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	29
Gambar 3. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian Provinsi.....	48
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian Kota	49
Lampiran 3. Ethical Clearance	51
Lampiran 4. Instrument Penelitian.....	54
Lampiran 5. Informed Consent.....	57