

SKRIPSI

**STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN
TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN
KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH**



Oleh :

NI MADE AMANDA ARTHA PARAMESTI
NIM. P07131217049

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN
TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN
KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI MADE AMANDA ARTHA PARAMESTI
NIM. P07131217049**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN**

2021

LEMBAR PERSETUJUAN

**STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN
TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN
KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



I Wayan Ambartana, SKM.M.Fis
NIP. 196708141991031002

Pembimbing Pendamping



Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes
NIP. 196308191986031004

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,



Dr. Ni Komang Wiardani SST, M.Kes
NIP. 19670316 1990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

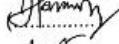

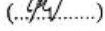
**STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN
TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN
KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Rabu

TANGGAL : 07 April 2021

TIM PENGUJI :

1. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes (Ketua) 
2. I.G. A. Ari Widarti, DCN, M.Kes (Anggota) 
3. I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis (Anggota) 

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,



Dr. Ni Kontang Wiardani SST, M.Kes
NIP. 19670316 1990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Amanda Artha Paramesti
Nim : P07131217049
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Jln. Gunung Sopotan Pondok Galeria II/11, Denpasar Barat

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu dan Komposisi Menu Bekal Sekolah **karya sendiri atau bukan plagiat hasil 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.
3. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk di pergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 24 Maret 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Made Amanda Artha Paramesti

NIM. P07131217049

STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH

(LITERATURE REVIEW)

ABSTRAK

Status gizi merupakan ukuran kondisi tubuh seseorang yang dilihat dari makanan yang di konsumsinya dan penggunaan zat – zat gizi dalam tubuh. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dipengaruhi oleh status gizi, maka dari itu pemberian asupan makanan yang yang bergizi pada anak dapat memenuhi kebutuhan gizinya untuk menunjang masa pertumbuhan dan perkembangan. Perbedaan dapat dilihat pada siswa dengan status gizi yang normal akan menunjukkan pertumbuhan dan perkembangan yang baik yaitu anak akan lincah dan semangat dalam melakukan segala kegiatan dengan baik di sekolah. Status gizi memiliki banyak indikator, salah satunya adalah indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U) yang nantinya dapat status kesehatan dibedakan menjadi 4 kategori yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui perbedaan Status Gizi berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Komposisi Menu Bekal Sekolah. Penelitian ini merupakan penelitian perbandingan dengan menggunakan Studi Literatur dengan metode kualitatif yang dilakukan pada bulan februari-maret 2021. Jurnal yang dikaji sesuai dengan kriteria inklusi dan diterbitkan dari tahun 2012-2020. Hasil Studi Literatur dari 10 jurnal yang sudah dikaji didapatkan Perbedaan Status Gizi Anak Sekolah berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu dan Komposisi Menu Bekal Sekolah.

Kata Kunci : Status Gizi, Tingkat Pengetahuan, Komposisi bekal sekolah

SCHOOL CHILDREN'S NUTRITIONAL STATUS BASED ON MOM'S KNOWLEDGE OF NUTRITION AND MENU COMPOSITION FOR SCHOOL

(LITERATURE REVIEW)

ABSTRACT

Nutritional status is a measure of a person's body condition as seen from the food he consumes and the use of nutrients in the body. The process of growth and development of children can be influenced by nutritional status, therefore providing nutritious food intake to children can meet their nutritional needs to support their growth and development. The difference can be seen in students with normal nutritional status that will show good growth and development, that is, children will be agile and enthusiastic in doing all activities well at school. Nutritional status has many indicators, one of which is the indicator of body weight according to age (BW / U) which can be divided into 4 categories of nutritional status, namely malnutrition, malnutrition, good nutrition and excess nutrition. Nutrition based on Mother's Knowledge Level and School Food Menu Composition. This research is a comparative study using a literature study with qualitative methods conducted in February-March 2021. The reviewed journals according to the inclusion criteria and published from 2012-2020. The results of the literature study from 10 journals that have been reviewed found differences in nutritional status of school children based on the level of maternal nutritional knowledge and composition of school lunch menus.

Keywords : Nutritional Status, Knowledge Level, School Lunchbox Composition

RINGKASAN PENELITIAN

STATUS GIZI ANAK SEKOLAH BERDASARKAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI IBU DAN KOMPOSISI MENU BEKAL SEKOLAH

Oleh : Ni Made Amanda Artha Paramesti (P07131217049)

Anak dengan usia 6 sampai 12 tahun ialah anak sekolah dimana mereka akan mulai memasuki dunia baru dimana mereka akan bermain, bersosialisasi dan belajar dengan teman sebayanya untuk berkembang. Masa – masa itu mereka akan lebih banyak beraktifitas dan dapat menyebabkan siswa Sekolah Dasar berisiko mengalami masalah nutrisi yang di sebabkan oleh pola makan pada masa tumbuh kembangnya. Apalagi dengan diterapkannya sistem *Full Day School* , anak akan lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah dan mengharuskan untuk pemenuhan kebutuhan gizinya. Membawa bekal makanan menjadi salah satu solusi untuk dapat memenuhi kebutuhan anak disekolah serta mengurangi kebiasaan jajan anak sembarangan.

Ukuran suatu kondisi tubuh dimana hal tersebut dilihat dari makanan yang dikonsumsi serta bagaimana zat gizi tersebut dapat berfungsi juga dinamakan Status Gizi. Pengukuran status gizi pada anak salah satunya menggunakan indikator IMT. Pengetahuan gizi merupakan kemampuan seseorang dalam mengetahui semua mengenai gizi, baik makanan maupun permasalahan gizi. Sikap atau perilaku seseorang didalam memilih makanan untuk pemenuhan kebutuhan gizinya dipengaruhi oleh pengetahuan gizi seseorang. Penerapan Gizi seimbang harus diterapkan pada makanan sehari – sehari, khususnya saat membawa bekal makanan harus sesuai dengan prinsi gizi seimbang dan

kebutuhan gizi anak. Saat sarapan 25% energi berkontribusi terhadap total kebutuhan sehari, begitupun juga dengan makan siang sebesar 30% dan makan malam 25%. Tidak lupa selingan yang masing – masingnya berkontribusi 10% (Drajat Martianto di dalam Rohayati dan Zainafree, 2014).

Asupan makanan dapat di pengaruhi oleh pengetahuan seseorang mengenai gizi dimanan nanti akan dapat mempengaruhi status gizi secara tidak langsung. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan terkait makanan dan zat gizi. Dimana ibu memiliki peran penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi sang buah hati. Selain itu, status gizi dipengaruhi secara langsung oleh asupan gizi. Asupan gizi disini ialah komposisi menu bekal sekolah anak sebagai makan siang.

Penelitian ini merupakan Penelitian *Literature Review* dengan metode kualitatif yang rancangan penelitiannya menggunakan *Systematic Review*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari – Maret 2021. Adapun lingkup bahasannya ialah Lingkup pembahasannya ialah berfokus pada pengetahuan gizi ibu, komposisi menu bekal sekolah dan status gizi anak sekolah pada kondisi faktual 10 tahun terakhir. Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini ialah berasal dari hasil pemikiran berupa buku teks, literatur dengan menggunakan mesin pencarian *Google*.

Peneliti mendapatkan 8 jurnal yang berhubungan Perbedaan Stats Gizi Anak Sekolah berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu dan Komposisi Menu Bekal Sekolah. Ke- delapan jurnal tersebut sudah diseleksi sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan. Maing – masing jurnal memiliki kategori yang berbeda namun pengambilan data jurnal – jurnal tersebut sama. Adapun yang

dianalisis ialah hasil data status gizi, pengetahuan giz ibu dan komposisi menu bekal sekolah.

Hasil 8 jurnal yang sudah dikaji didapatkan hasil adanya kecendrungan hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi anak usia sekolah Ada kecendrungan hubungan status gizi dengan komposisi bekal sekolah.

Daftar Pustaka : 41 (2010 – 2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal”.

Penulis menyadari dalam penyusunan penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis sebagai pembimbing utama yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penelitian ini
2. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penelitian ini.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian penelitian ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian penelitian ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan Tenaga Kependidikan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
6. Keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan membantu penyelesaian penelitian ini.

Besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam penulisan skripsi. Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan penelitian ini. Akhir kata penulis mengharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, April 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat.....	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Status Gizi.....	7
B. Pengetahuan	14
C. Profile Anak Sekolah	17
D. Komposisi Menu Bekal Sekolah	23
BAB III	27
KERANGKA KONSEP PENELITIAN	27
A. Kerangka Konsep	27
B. Variabel Penelitian.....	28
BAB IV	29
METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	29
B. Waktu Penelitian.....	29
C. Topik dan Lingkup Pembahasan	29

D. Teknik Pengambilan Data	30
E. Pengolahan dan Analisis Data	30
BAB V.....	32
HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. HASIL	32
B. PEMBAHASAN	38
BAB VI.....	41
KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. KESIMPULAN.....	41
B. SARAN	41
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Klasifikasi IMT	13
2. Klasifikasi AKG Anak umur 9-10 tahun	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka konsep.....	13