

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO,
STATUS GIZI DAN INDEKS PRESTASI ANAK USIA
SEKOLAH DI PANTI ASUHAN YAPPENATIM GIANYAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Mata Kuliah Tugas Akhir
Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Pada Program Studi Diploma III Gizi**

**Oleh :
PUTU AYU LARASATI
P07131015025**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA III
DENPASAR
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO, STATUS GIZI
DAN INDEKS PRESTASI ANAK USIA SEKOLAH DI PANTI ASUHAN
YAPPENATIM GIANYAR**

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

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

**A.A.Gde Raka Kavanaya, SST, M.Kes
NIP. 195704011985011001**

**MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

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

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO,
STATUS GIZI DAN INDEKS PRESTASI ANAK USIA
SEKOLAH DI PANTI ASUHAN YAPPENATIM GIANYAR**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

TANGGAL : 04 JULI 2018

TIM PENGUJI :

1. I Ketut Kencana, SKM, M.Pd (Ketua) (.....)
2. A.A Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes (Anggota) (.....)
3. I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis (Anggota) (.....)

**MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

**Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes
NIP : 196703161990032002**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Ayu Larasati
NIM : P07131015025
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2017/2018
Alamat Rumah : Jalan Mawar Br. Puseh, Kediri, Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul “Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro, Status Gizi Dan Indeks Prestasi Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar” adalah benar **karya sendiri dan 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.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 4 Juli 2018

Yang membuat pernyataan

Putu Ayu Larasati

NIM. P07131015025

DESCRIPTION OF CONSUMPTION LEVEL OF MACRO NUTRITION,
NUTRITION STATUS AND ACHIEVEMENT INDEX CHILDREN AGE
SCHOOL IN CHILDHOOD OF YAPPENATIM GIANYAR

ABSTRACT

The level of consumption, nutritional status and child achievement index is the quality of the nation in the future determined by the quality of school age children. This research was conducted at YAPPENATIM Orphanage of Gianyar Regency. Type of observational research with cross-sectional design. The purpose of this study is to determine the description of the level of macro nutrient consumption, nutritional status and school achievement index of school age children in YAPPENATIM Gianyar Orphanage. The population in this study were all children aged 6 - 12 years old were registered as YAPPENATIM Gianyar Orphanage children. The results showed that the total sample was 32 samples of school age children. Samples studied aged from 6-12 years as many as 19 samples (59.4%) male sex and as many as 13 samples (40.6%) are female. Levels of protein consumption are mostly classified into normal categories of 28 samples (87.5%). Fat consumption levels were mostly in the normal category of 19 samples (59.4%). Carbohydrate consumption levels were mostly in the normal category of 23 samples (71.9%). Normal nutrition status was 27 samples (84.4%). Sample achievement indexes are mostly categorized as good as 29 samples (90.6%). Suggestions that can be submitted after this research is for the orphanage children are expected to pay attention to the pattern of food consumption by applying the principle of balanced nutrition is Nutritious, Balanced, Diverse and Safe

Keywords: Consumption Level, Nutritional Status, Achievement Index

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO, STATUS GIZI DAN INDEKS PRESTASI ANAK USIA SEKOLAH DI PANTI ASUHAN YAPPENATIM GIANYAR

ABSTRAK

Tingkat konsumsi, status gizi dan indeks prestasi anak merupakan kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak usia sekolah. Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan YAPPENATIM Kabupaten Gianyar. Jenis penelitian observasional dengan desain crosssectional. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi zat gizi makro, status gizi dan indeks prestasi anak usia sekolah di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia sekolah yang berusia 6 – 12 tahun tercatat sebagai anak Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar. Hasil penelitian memunjukkan bahwa total sampel adalah 32 sampel anak usia sekolah. Sampel yang diteliti berusia dari 6 - 12 tahun sebanyak 19 sampel (59,4%) berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 13 sampel (40,6%) berjenis kelamin perempuan. Tingkat konsumsi protein sebagian besar tergolong dalam kategori normal sebanyak 28 sampel (87,5%). Tingkat konsumsi lemak sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 19 sampel (59,4%). Tingkat konsumsi karbohidrat sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 23 sampel (71,9%). Status gizi normal sebanyak 27 sampel (84,4%). Indeks prestasi sampel sebagian besar tergolong dalam kategori baik sebanyak 29 sampel (90,6%). Saran yang dapat disampaikan setelah dilakukan penelitian ini yaitu bagi anak panti asuhan diharapkan untuk memperhatikan pola konsumsi makanan dengan menerapkan prinsip gizi seimbang yaitu Bergizi, Berimbang, Beragam dan Aman

Kata kunci : Tingkat Konsumsi, Status Gizi, Indeks Prestasi

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro, Status Gizi dan Indeks Prestasi
Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar

Oleh : Putu Ayu Larasati (NIM. P07131015025)

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena anak adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh kembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar.

Secara nasional prevalensi status gizi pada anak usia 6-12 tahun terdiri dari, 4,6% sangat kurus, 7,6% kurus, 78,6% normal dan 19,2% gemuk. Sedangkan prevalensi status gizi anak usia 6-12 di Jawa Tengah terdiri dari 5,3% sangat kurus, 8% kurus, 75,8% normal dan 10,9% gemuk (Risksedas, 2010).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat konsumsi zat gizi makro, status gizi dan indeks prestasi anak usia sekolah di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar. Adapun jenis penelitian ini observasional, dilaksanakan pada bulan Mei 2018 di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar. Metode sampling dilakukan dengan memakai total populasi yaitu semua populasi dipakai sebagai sampel yaitu sebanyak 32 orang sampel yang terdiri dari 19 anak laki-laki dan 13 anak perempuan.

Data yang diperoleh bersifat primer dan sekunder. Data primer yang dikumpulkan meliputi identitas sampel diperoleh dengan wawancara menggunakan form identitas sampel dan data tingkat konsumsi zat gizi makro sampel diperoleh dengan wawancara langsung terhadap sampel menggunakan metode recall. Sedangkan data sekunder meliputi meliputi tentang nilai rapot,

jumlah data anak asuh usia sekolah dan gambaran umum panti asuhan YAPPENATIM Gianyar.

Hasil penelitian diperoleh dengan melakukan wawancara terhadap 32 orang sampel berusia 6 – 12 tahun. Sampel dengan jenis kelamin laki-laki adalah 19 sampel (59,4%) sedangkan jumlah sampel perempuan yaitu 13 sampel (40,6%).

Tingkat konsumsi zat gizi makro yang terdiri dari protein, lemak dan karbohidrat, dilihat dari tingkat konsumsi protein sebagian besar tergolong dalam kategori normal sebanyak 28 sampel (87,5%), tingkat konsumsi lemak sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 19 sampel (59,4%) dan tingkat konsumsi karbohidrat sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 23 sampel (71,9%).

Dari 32 sampel anak usia sekolah sebagian besar memiliki status gizi normal sebanyak 28 sampel (87,5%) sedangkan status gizi kurus sebanyak 1 sampel (3,1%) dan status gizi gemuk sebanyak 3 sampel (9,3%). Indeks prestasi sampel sebagian besar tergolong dalam kategori baik sebanyak 29 sampel (90,6%) sedangkan indeks prestasi dalam kategori sangat baik sebanyak 2 sampel (6,3%) dan indeks prestasi dalam kategori cukup sebanyak 1 sampel (3,1%).

Daftar Bacaan : 35 (2001 – 2015)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, penulis dapat menyusun dan menyelesaikan mata kuliah Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro, Status Gizi dan Indeks Prestasi Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar” tepat pada waktunya. Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar.

Tugas Akhir tidak akan selesai dengan baik dan tepat waktu tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan yang baik ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis selaku pembimbing yang banyak memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
2. Bapak A.A.Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes selaku pembimbing yang banyak memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah membantu dan mendukung kelancaran dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah membantu dan memberikan kelancaran dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
5. Kepala Panti Asuhan YAPPENATIM Gianyar dan Jajarannya yang telah memberikan izin penelitian dan mendukung kelancaran dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
6. Segenap dosen dan staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
7. Keluarga dan teman-teman serta semua pihak yang telah banyak membantu baik moril maupun materi untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir yang penulis susun ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Maka dari itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan guna perbaikan dan penyempurnaan Tugas Akhir ini. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIATISME.....	iv
ABSTRAK	v
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Anak Usia Sekolah	6
B. Belajar dan Cara Penilaian Belajar.....	8
C. Status Gizi dan Cara Penilaian Status Gizi.....	12
D. Konsumsi Zat Gizi Makro dan Cara Penilaiannya.....	15
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL.....	23
A. Kerangka Konsep	23
B. Variabel dan Definisi Operasional	24
BAB IV METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	27
E. Instrumen Pengumpulan Data	28
F. Pengolahan dan Analisis Data	29
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Hasil Penelitian	32
B. Hasil Analisis Data	37

C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	41
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	43
A. Simpulan	43
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Variabel dan Definisi Operasional.....	24
2. Status Gizi Indeks IMT/U	29
3. Kategori Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro	30
4. Sebaran Sampel Menurut Umur.....	33
5. Sebaran Sampel Menurut Status Gizi	34
6. Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Protein.....	35
7. Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Lemak	35
8. Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Karbohidrat	36
9. Sebaran Sampel Menurut Indeks Prestasi	37
10. Sebaran Status Gizi Sampel Berdasarkan Konsumsi Protein	38
11. Sebaran Status Gizi Sampel Berdasarkan Konsumsi Lemak	38
12. Sebaran Status Gizi Sampel Berdasarkan Konsumsi Karbohidrat.....	39
13. Sebaran Indeks Prestasi Sampel Berdasarkan Status Gizi	40

DAFTAR GAMBAR

Nomor		Halaman
1.	Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Pernyataan Kesediaan Menjadi Sampel Penelitian	49
2.	Kuesioner Penelitian	50
3.	Konsumsi Asupan	51
4.	Data Hasil Penelitian.....	52
5.	Dokumentasi	54
6.	Surat Ethical Clearance	55
7.	Surat Ijin Penelitian.....	56