

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI SISWA
DI SD NEGERI 27 KAMPUNG JUA
KECAMATAN LUBUK BEGALUNG**



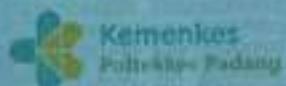
**RIFFI MAYA ROSIANTI
222110228**

**PRODI DIPLOMA 3 GIZI
JURUSAN GIZI
KEMENKES POLTEKKES PADANG
2025**

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI SISWA
DI SD NEGERI 27 KAMPUNG JUA
KECAMATAN LUBUK BEGALUNG**

*Diajukan ke Program Studi Diploma 3 Gizi Kemaslon Politeknik Padang sebagai
salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Ahli Madya Gizi*



RIFFI MAYA ROSIANTI

222110228

**PRODI DIPLOMA 3 GIZI
JURUSAN GIZI
KEMENKES POLTEKKES PADANG
2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir "Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SD Negeri 27
Kampung Jua Kecamatan Lubuk Beguung"

Dilulus oleh:

NAMA : RIFFI MAYA ROSLANTI
NIM : 222110228

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal

11 Juni 2025

Menyertai,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


Andriyati, SKM, M.Kes
NIP. 196006121988031001


Arjen Deliti Negeri,S.S.T, M.Biomed
NIP. 197211101993012001

Padang, 11 Juni 2025
Kem. Prodi Dikmas 3 Gizi



HALAMAN PENGESAHAN
TUGAS AKHIR
"GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI SISWA
DI SD NEGERI 27 KAMPUNG JUA KECAMATAN LUBUK BEGALUNG"

Dissusun Oleh:

NAMA : RIEFI MAYA ROSANTI

NIM : 222118228

Telah dipertahankan di depan Dewan Pengaji

Pada tanggal : 12 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGLAJI

Ketua,
Dr. Guineo, STP, MPH
NIP. 197105301994031001

bpr-s -

Anggota,
Irina Eva Yarsi, SKM, M.Si
NIP. 196510191988032001

Y

Anggota,
Amdaulkar, SKM, M.Kes
NIP. 195606121989031003

oval

Anggota,
Arlin Daffri Nazir, S.ST, M.Biomed
NIP. 19721101995032001

M

Padang, 18 Juli 2025
Ketua Prodi Dalamku 3 Gizi



PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama lengkap	:	Rifli Miya Rosianti
NIM	:	222110228
Tanggal lahir	:	01 Januari 2004
Tahun masuk	:	2022
Nama pembimbing akademik	,	: Rina Hasnyanti, SKM, M.Kes
Nama pembimbing utama	:	: Andrafkar, SKM, M.Kes
Nama pembimbing pendamping	:	: Arlen Defitri Nazar, S.ST, M.Biomed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil tugas akhir saya yang berjudul:
"Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SD Negeri 27 Kampung Jus Kecamatan Lubuk Begalung"

Jika suatu saat nanti terbukti saya melakukan kegiatan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah dicapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya.

Padang, 18 Juni 2025



HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip
mengaku dirujuk telah pemulis nyatakan dengan benar.

Nama : Risti Maya Rosanti

NIM : 222110228

Tanda Tangan



Tanggal

18 Juni 2025

**HALAMAN PENYERAHAN TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Selengai sirvas akademik Kemenkes Poltekkes Padang, saya yang berizada tetuju dibawah ini:

Nama : Riffi Maya Rosiani
Nim : 222110228
Program Studi : Diploma Tiga
Jurusan : Gizi

Demi pengesahan ilmu pengetahuan, menyentui untuk memberikan kepada Kemenkes Poltekkes Padang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*No-Exclusive Royalty-Free Right*) atau Tugas Akhir saya yang berjudul:

Gambalan Pola Makan dan Suster Gizi Siswa di SD Negeri 27 Kampung Jui Kecamatan Lubuk Begalung

Berserta penegkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Kemenkes Poltekkes Padang boleh menyimpan, mengalihformatkan, mengedit dalam bentuk pengkalaran data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan ahsennya.

Dibuat di
Padang
Pada tanggal

: Padang
: 18 Juni 2022



**KEMENKES POLTEKKES PADANG
JURUSAN GIZI**

**Tugas Akhir, Juni 2025
Riffi Maya Rosianti**

**Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SD Negeri 27 Kampung Jua
Kecamatan Lubuk Begalung**

ABSTRAK

Anak sekolah termasuk dalam salah satu kelompok rentan gizi. Kelompok rentan gizi adalah kelompok dalam masyarakat yang paling mudah mengalami gangguan terkait gizi dan kesehatan. Berdasarkan data status gizi Puskesmas Pagambiran Padang tahun 2023 diketahui bahwa kelurahan Kampung Jua mempunyai tingkat permasalahan gizi lebih khususnya di SDN 27 Kampung Jua mempunyai angka status gizi lebih 10,28% dan obesitas sebesar 8,16%. Pola makan yang tidak seimbang diduga menjadi faktor utama penyebab masalah ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan dan status gizi siswa di SD Negeri 27 Kampung Jua.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan desain cross sectional yang dilaksanakan pada Januari hingga Mei 2025. Populasi penelitian meliputi siswa kelas 3, 4, dan 5 sebanyak 161 orang dengan pengambilan sampel secara proportional sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner pola makan, pengukuran antropometri, serta data primer dan sekunder.

Hasil penelitian menunjukkan 16% siswa memiliki status gizi kurang, 56% gizi baik, 19% gizi lebih, dan 9% obesitas. Pola makan siswa hanya dikategorikan baik pada 30% responden, sedangkan 70% lainnya memiliki pola makan tidak baik, terutama terkait variasi jenis makanan dan frekuensi makan. Temuan ini menunjukkan rendahnya proporsi siswa dengan pola makan sehat dan seimbang.

Mayoritas siswa SDN 27 Kampung Jua memiliki pola makan kurang baik yang berdampak pada status gizi mereka. Diharapkan kepada siswa untuk tidak mengonsumsi makanan manis, disarankan agar orang tua dapat menyiapkan bekal dari rumah dan pihak sekolah untuk meningkatkan edukasi dan penyuluhan gizi untuk mendorong pola makan sehat dan mencegah masalah gizi di masa depan.

vii + 39 halaman + 11 tabel + 9 lampiran

**Kata Kunci : Pola Makan, Status Gizi
Daftar Pustaka : 31 (2016-2025)**

**MINISTRY OF HEALTH PADANG POLTEKKES
DEPARTMENT OF NUTRITION**

**Final Project, June 2025
Riffi Maya Rosianti**

**Description of Dietary Patterns and Nutritional Status of Students at SDN 27
Kampung Jua Lubuk Begalung District**

ABSTRACT

School children are included in one of the vulnerable groups for nutrition. The vulnerable group for nutrition is a group in society that is most susceptible to disorders related to nutrition and health. Based on the nutritional status data from the Pagambiran Padang Health Center in 2023, it is known that the Kampung Jua sub-district has a high level of overnutrition problems, especially at SDN 27 Kampung Jua, which has an overnutrition status of 10.28% and obesity of 8.16%. An unbalanced diet is thought to be the main factor causing this problem. This study aims to determine the picture of the eating patterns and nutritional status of students at SDN 27 Kampung Jua.

The research method used was descriptive with a cross-sectional design conducted from January to May 2025. The study population included 161 students from grades 3, 4, and 5, with samples taken using proportional sampling. Data were collected through dietary questionnaires, anthropometric measurements, as well as primary and secondary data.

The results showed that 16% of students had undernutrition, 56% had good nutrition, 19% had overnutrition, and 9% were obese. Only 30% of respondents were categorized as having good dietary patterns, while 70% had poor dietary patterns, mainly related to the variety of food types and meal frequency. These findings indicate a low proportion of students with healthy and balanced eating habits.

The majority of students at SDN 27 Kampung Jua have poor dietary patterns, which negatively impact their nutritional status. Students are advised to avoid consuming sweet foods, while parents are encouraged to prepare healthy meals from home. Additionally, the school is expected to enhance nutrition education and counseling in order to promote healthy eating habits and prevent future nutritional problems.

vii + 39 pages + 11 tables + 9 attachments

**Keywords: Diet, Nutritional Status
Bibliography: 31 (2016-2025)**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi Kemenkes Poltekkes Padang.

Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak Andrafikar,SKM,M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Arlen Defitri Nazar,S.ST,M.Biomed selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan terima kasih kepada :

1. Ibu Renidayati,S.Kp,M.Kep,Sp.Jiwa selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang
2. Ibu Rina Hasniyati,SKM,M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang
3. Ibu Dr.Hermita Bus Umar,SKM,MKM selaku Ketua Program Studi D-III Gizi Kemenkes Poltekkes Padang
4. Bapak Dr.Gusnedi,STP,MPH dan Ibu Irma Eva Yani,SKM,M.Si selaku Ketua dan anggota dewan penguji
5. Teristimewa kepada Orang tua dan keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan, bimbingan, motivasi dan doa kepada penulis dalam menuntut ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini
6. Saudara dan teman-teman yang telah memberikan ide, saran dan semangat yang tulus kepada penulis
7. Sahabat penulis Hamelia Putri yang telah membantu dan selalu memberi dukungan kepada penulis
8. Teman-teman yang senasib dan seperjuangan dengan penulis yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu

Akhir kata, penulis berharap berkenan membalaik segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu untuk penulis.

Padang, 18 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING	
HALAMAN PENGESAHAN.....	
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	
HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
A. Anak Sekolah Dasar	6
B. Status Gizi	6
C. Pola Makan	12
D. Kerangka Teori.....	17
E. Kerangka Konsep	18
F. Definisi Operasional.....	19
 BAB III METODE PENELITIAN	 22
A. Desain Penelitian	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Cara Pengambilan Sampel.....	23
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	24
F. Teknik Pengolahan Data	25
G. Analisis Data	26
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 27
A. Hasil	27
B. Pembahasan.....	31

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN.....	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Indeks IMT/U.....	7
Tabel 2.2 Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat yang dianjurkan.....	13
Tabel 2.3 Definisi Operasional.....	19
Tabel 3.1 Jumlah Sampel Per Kelas.....	24
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dan kelas.....	27
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Status Gizi (IMT/U) di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	28
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Jenis Makanan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	29
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Asupan Energi di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	29
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Asupan Protein di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	30
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Frekuensi Makan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	30
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Pola Makan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025.....	31

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori.....	17
Gambar 2 Kerangka Konsep	18

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pernyataan Persetujuan Responden	40
Lampiran 2. Formulir Responden	41
Lampiran 3. SQ-FFQ	42
Lampiran 4. Master Tabel	47
Lampiran 5. Dokumentasi	48
Lampiran 6. Hasil Output.....	49
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	51
Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	54
Lampiran 9. Lembar Konsultasi Bimbingan.....	55

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi merupakan salah satu isu kesehatan utama yang dihadapi di seluruh dunia, termasuk di negara-negara berkembang¹. Indonesia sendiri masih menghadapi tantangan besar terkait permasalahan gizi. Dua permasalahan utama yang sering terjadi di Indonesia adalah gizi kurang dan gizi lebih. Apabila kedua masalah ini tidak segera ditangani, maka dapat berdampak negatif terhadap kesehatan anak di masa depan².

Anak usia sekolah termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Kelompok rentan gizi sendiri merupakan kelompok masyarakat yang paling mudah mengalami gangguan terkait asupan gizi³. Anak usia sekolah berada pada dua tahap perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6–9 tahun) dan masa kanak-kanak akhir (10–12 tahun). Pada tahap ini, anak-anak cenderung aktif, gemar bermain, suka bergerak, senang bekerja sama dalam kelompok, serta tertarik untuk mencoba dan mengalami hal-hal secara langsung.

Kondisi kesehatan anak terkait gizi dapat dipengaruhi oleh kebiasaan makan anak⁴. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Rskesdas) tahun 2018, prevalensi status gizi anak IMT/U (5-12 tahun) di Indonesia gizi lebih 10,8% dan obesitas sebesar 9,2% sedangkan di Sumatera Barat terdapat status gizi lebih 7,8% dan obesitas 5,9%⁵.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi status gizi anak IMT/U (5-12 tahun) di Indonesia gizi lebih 11,9% dan obesitas 7,8% sedangkan prevalensi status gizi anak IMT/U (5-12 tahun) di Sumatera Barat gizi lebih 10,9% dan obesitas sebesar 5,7%⁶. Perbandingan status gizi lebih dan obesitas di Indonesia mengalami peningkatan dengan angka peningkatan gizi lebih sebesar 1,1%, dan obesitas sebesar 1,4%.

Data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023, wilayah Puskesmas Pagambiran termasuk prevalensi status gizi tertinggi di Kota Padang. Dimana wilayah pagambiran terdapat 19 sekolah dasar dengan prevalensi status gizi lebih 8,2%, obesitas 6,07%. Berdasarkan data status gizi Puskesmas Pagambiran Padang tahun 2023 dikelurahan Kampung Jua mempunyai tingkat permasalahan gizi lebih yang tertinggi khususnya di SDN 27 Kampung Jua dengan angka status gizi lebih 10,28% dan obesitas sebesar 8,16%⁷.

Status gizi adalah kondisi kesehatan yang mencerminkan keseimbangan antara kebutuhan nutrisi dan asupan yang diterima. Secara umum, status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu gizi baik, gizi kurang, dan gizi lebih⁸. Status gizi dipengaruhi oleh faktor langsung yaitu pola makan yang tidak baik⁹. Hapsari dkk berpendapat, status gizi terlebih gizi kurang yang rawan dialami anak bisa disebabkan oleh tingkat pendapatan yang rendah dan asupan makanan yang tidak cukup seimbang yang berpengaruh pada pola makan¹⁰.

Pola makan yang tidak sesuai dapat menyebabkan asupan gizi menjadi berlebihan atau justru kekurangan. Asupan gizi yang berlebihan berisiko menimbulkan kelebihan berat badan dan berbagai penyakit terkait kelebihan gizi¹¹. Banyak penelitian yang telah dilakukan menunjukkan kelompok anak sekolah mengalami masalah gizi, faktor yang menyebabkan masalah gizi itu diantaranya yaitu pola makan yang salah. Hasil penelitian Wansyaputri 2021 terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi obesitas pada anak sekolah dasar¹².

Pola makan mencakup tiga aspek utama, yaitu jenis makanan, jumlah asupan, dan frekuensi makan¹³. Frekuensi makan mengacu pada berapa kali seseorang makan dalam sehari, baik itu makanan utama maupun makanan selingan. Jenis makanan merujuk pada variasi atau keanekaragaman makanan yang dikonsumsi. Sementara itu, jumlah asupan adalah rata-rata asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat yang dikonsumsi setiap hari¹⁴.

Pola makan adalah kebiasaan seseorang atau kelompok dalam memilih, mengatur, dan mengonsumsi jenis serta jumlah makanan pada waktu tertentu secara teratur. Jenis makanan yang dikonsumsi sangat bervariasi, kelompok makanan sumber karbohidrat meliputi nasi, mie, dan makanan selingan yang mengandung karbohidrat. Kelompok sumber protein terdiri dari ayam, telur, tahu, tempe, dan berbagai lauk lainnya. Sementara itu, kelompok sumber vitamin dan mineral berasal dari berbagai buah seperti apel, pir, pisang, jeruk, serta sayuran. Namun, tidak banyak siswa yang membawa buah sebagai bekal. Hal ini kemungkinan karena bekal yang dibawa disesuaikan dengan kesukaan anak serta kebiasaan makan yang diterapkan dalam keluarganya.

Hasil penelitian Sapira, terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi anak di SDN 43 Kota Pekanbaru yang ditunjukkan oleh $p\ value\ 0,000 < 0,05$ ¹¹. Pola kebiasaan makan anak usia sekolah dasar dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor orang tua, genetik, dan lingkungan. Secara langsung maupun tidak langsung, pola makan anak juga sangat dipengaruhi oleh jenis pola makan yang dikenalkan dan dibiasakan oleh orang tuanya¹⁵.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang **“Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung.

2. Tujuan Khusus

- a) Diketahuinya distribusi frekuensi anak sekolah berdasarkan pola makan siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung.
- b) Diketahuinya distribusi frekuensi anak sekolah berdasarkan status gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung,

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan khususnya mengenai Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung.

b. Bagi Sampel

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi sampel sebagai informasi khususnya terkait Pola Makan dan Status Gizi pada sampel khususnya di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung

c. Bagi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dapat menambah data tentang Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua sehingga dapat digunakan sebagai acuan tentang edukasi gizi dan dapat juga digunakan sebagai masukan bagi guru atau pihak sekolah tentang bagaimana pola makan yang baik dan benar bagi siswa.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian dilakukan kepada anak usia sekolah di SD Negeri 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung, Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaran Pola makan dan status gizi siswa di SD Negeri 27 Kampung Jua tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini yaitu pola makan, jenis makanan, frekuensi makan, jumlah asupan yang didapat dari pengolahan hasil SQ-FFQ serta status gizi didapat melalui pengukuran tinggi dan berat badan siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak Sekolah Dasar

Anak Sekolah Dasar (SD) adalah anak yang berusia antara 6 hingga 12 tahun. Tumbuh kembang anak sangat memerlukan nutrisi yang tepat agar anak tidak mengalami permasalahan dalam tumbuh kembangnya. Kurangnya nutrisi juga akan melemahkan daya tahan tubuh anak. Tingkat aktivitas yang tinggi dan kebiasaan makan yang tidak menentu pada anak seringkali menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi. Ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi akan menimbulkan permasalahan gizi, baik kelebihan ataupun kekurangan gizi. Anak usia sekolah membutuhkan zat gizi dalam jumlah lebih banyak yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya hingga dewasa¹⁶.

B. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan suatu keadaan yang tercipta dari keseimbangan antara jumlah zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan jumlah nutrisi yang berbeda-beda tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas fisik sehari-hari, berat badan dan faktor lainnya¹⁷.

Menurut Kementerian Kesehatan, status gizi adalah keadaan dimana tubuh mempunyai kecukupan gizi yang dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan gizi.

Nutrisi merupakan makanan pokok yang bermanfaat bagi kesehatan. Contoh zat gizi antara lain karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat. Nutrisi penting bagi tubuh karena bertanggung jawab untuk pertumbuhan dan perkembangan serta tingkat kecerdasan¹⁸.

Tabel 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak berdasarkan Indeks IMT/U

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-score)
Berdasarkan (IMT/U) anak usia 5 – 18 tahun	Gizi Buruk (<i>thinnes</i>)	< -3 SD
	Gizi Kurang (<i>thinnes</i>)	-3 SD sd < -2 SD
	Gizi Baik (normal)	-2 SD Sd + 1 SD
	Gizi Lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD Sd + 2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> +2 SD

(Sumber : PMK No.2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak)¹⁹

2. Kategori Status Gizi²⁰

a. Gizi baik

Status gizi baik atau status gizi normal yaitu terjadi ketika tubuh menerima kecukupan zat gizi untuk digunakan secara efektif, termasuk keseimbangan antara jumlah energi yang masuk dan energi yang keluar dari tubuh saat dibutuhkan, sehingga tidak ada zat gizi yang diterima secara berlebihan.

b. Gizi kurang

Gizi kurang atau sering disebut malnutrisi adalah suatu kondisi satu atau lebih nutrisi penting dari makanan tidak terserap oleh tubuh. Kebanyakan orang yang kekurangan gizi tidak mendapatkan nutrisi yang cukup.

c. Gizi lebih

Gizi lebih (*overnutrition*) yaitu terjadi ketika tubuh menerima nutrisi dalam jumlah besar dari kebutuhan nutrisi harianya atau dapat disebabkan oleh faktor genetik dan kebiasaan makan yang tidak baik sehingga menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan energi dengan pengeluaran energi.

3. Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi²⁰

a. Faktor Internal (Faktor Langsung)

1) Kondisi Fisik

Kondisi fisik merupakan suatu kesatuan yang terdiri dari banyak komponen yang tidak dapat dipisahkan, oleh karena kebugaran jasmani memegang peran penting bagi manusia dalam kehidupan sehari-hari.

2) Usia

Bertambahnya usia juga meningkatkan kebutuhan energi dan juga akan mempengaruhi kebutuhan gizi karena kapasitas metabolisme setiap umur berbeda-beda. Salah satunya adalah anak usia sekolah yang perlu memperhatikan gizi, karena pada usia ini mereka sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan asupan zat gizi yang lebih banyak.

3) Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi seringkali terjadi pada masalah kesehatan yang disebabkan oleh pola makan yang tidak baik dan tidak bergizi. Sehingga menyebabkan melemahnya daya tahan tubuh dan terjadi penurunan nafsu makan, kesulitan menelan dan mencerna makanan akan berdampak pada status gizi.

b. Faktor Eksternal (Faktor Tidak Langsung)

1) Ekonomi Keluarga

Permasalahan yang sering terjadi di lingkungan tempat tinggal yaitu masalah gizi yang disebabkan oleh kemiskinan atau keterbatasan ekonomi keluarga, kondisi sosial ekonomi keluarga yang masuk dalam kategori rendah kemungkinan besar akan membuat keluarga menyajikan makanan seadanya tanpa memperhatikan nilai gizi, sehingga menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi pada anak, bila kondisi sosial ekonomi baik maka status gizi diharapkan semakin baik.

2) Pengetahuan

Pengetahuan gizi adalah kesadaran mengenai praktik dan konsep terkait gizi dan kesehatan, pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi status gizi seseorang, karena berkaitan dengan sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengumpulan data tentang pengetahuan terhadap gizi menggunakan wawancara dengan kuesioner.²¹

3) Pendidikan

Tingkat pendidikan yang mempengaruhi seseorang memiliki ilmu serta informasi tentang zat-zat makanan yang baik bagi kesehatan selain itu dengan adanya pengetahuan tentang zat gizi maka seseorang dengan mudah mengetahui status gizi mereka, biasanya pendidikan yang menengah ke bawah akan mengakibatkan pengetahuan, sikap dan perilaku yang kurang dalam memilih dan menentukan kualitas juga kuantitas makanan yang bergizi untuk kesehatan.

4) Pekerjaan Orang Tua

Peran orangtua salah satunya adalah mengasuh, merawat ataupun mengasah buah hatinya dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, baik ibu atau ayah terutama ibu sebagai figure penting yang mengatur ketersedian makanan bagi keluarga sebagai asupan makanan, oleh karenanya ibu yang berkerja di dalam rumah atau di luar rumah akan sangat cenderung memiliki waktu yang terbatas untuk berinteraksi dengan anaknya.

5) Sanitasi Lingkungan

Segala sesuatu baik ataupun yang menjadi kurang baik berawal dan berasal dari lingkungan, sanitasi berkaitan pada ketersediaan air bersih, ketersediaan toilet, jenis lantai rumah serta kerbersihan peralatan makan yang terdapat di rumah. Status gizi anak sangat erat berhubungan dengan sanitasi lingkungan adalah keadaan sanitasi lingkungan yang kurang baik memberikan peluang terjadinya berbagai jenis penyakit infeksi antara lain yaitu penyakit

infeksi saluran pencernaan yang mengakibatkan penyerapan zat-zat gizi akan terganggu sehingga terjadinya kekurangan zat gizi.

6) Tingkat Pelayanan Kesehatan

Layanan kesehatan yang terdapat pada rumah sakit, klinik kesehatan, balai pengobatan ataupun tempat-tempat instansi kesehatan lainnya adalah faktor-faktor yang sangat berpengaruh terhadap keberlangsungannya status gizi pada anak karena merupakan sebuah akses seseorang untuk menuju ke pelayanan kesehatan tanpa adanya fasilitas kesehatan akan mengakibatkan peningkatan masalah pada status gizi.

4. Penilaian Status Gizi

a) **Pengukuran Antropometri**

Antropometri adalah pengukuran tubuh manusia atau bagian-bagian tubuh manusia. Dalam penilaian status gizi dengan metode antropometri ukuran tubuh manusia digunakan sebagai metode penentuan status gizi.

1) **Jenis Parameter**

Parameter ini adalah satu-satunya ukuran tubuh manusia. Contoh parameter antropometri yang digunakan untuk mengetahui status gizi yaitu umur, berat badan, tinggi badan²².

2) **Indeks Antropometri**

(1) Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Dalam keadaan normal, yaitu ketika keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya, dalam keadaan yang abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Berdasarkan karakteristik berat badan ini, indeks berat badan menurut umur digunakan sebagai salah satu cara pengukuran status gizi. Mengingat karakteristik berat badan yang labil, maka indeks BB/U lebih menggambarkan status gizi seseorang.²³

(2) Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Pada keadaan normal, tinggi badan tumbuh seiring dengan pertambahan umur. Pertumbuhan tinggi badan tidak seperti berat badan, relatif kurang sensitif terhadap masalah kekurangan gizi dalam waktu yang singkat. Pengaruh defisiensi zat gizi terhadap tinggi badan akan tampak dalam waktu relatif lama.

Berdasarkan karakteristik tersebut, indeks antropometri ini menggambarkan status gizi masa lalu, Beaton dan Bengoa (1973) menyatakan bahwa indeks TB/U selain memberikan gambaran status gizi masa lampau, juga lebih erat kaitannya dengan status sosial ekonomi.²³

(3) Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)

Berat badan memiliki hubungan yang lincar dengan tinggi badan. Dalam keadaan normal, perkembangan berat badan akan searah dengan pertumbuhan tinggi badan dengan kecepatan tertentu. Jellife pada tahun 1966 telah memperkenalkan indeks ini untuk mengidentifikasi status gizi. Indeks BB/TB merupakan indikator yang baik untuk menilai status gizi saat ini. Indeks BB/TB adalah indeks yang independen terhadap umur.²³

(4) Indeks Masa Tubuh Menurut Umur (IMT/U)

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan satu indikator yang paling umum untuk menilai status gizi seseorang . IMT memberikan gambaran tentang apakah seseorang memiliki berat badan yang tergolong normal, kurang atau berlebih.²³

3) Klinis

Pemeriksaan klinis merupakan metode yang sangat penting untuk menilai status gizi manusia. Cara ini didasarkan pada perubahan yang terjadi dan berkaitan dengan kekurangan gizi. Pemeriksaan klinis seringkali digunakan sebagai bagian dari pemeriksaan klinis secara cepat untuk mendeteksi dengan cepat tanda-tanda klinis umum dari defisiensi

satu atau lebih zat gizi. Pemeriksaan klinis dipengaruhi oleh tingkat keparahan dan malnutrisi, genetik, usia dan lingkungan.¹⁸

C. Pola Makan

Pola makan adalah kebiasaan seseorang atau kelompok dalam memilih, mengatur, dan mengonsumsi jenis serta jumlah makanan pada waktu tertentu secara teratur. Pola makan mencakup kebiasaan mengenai frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, serta porsi makanan yang diambil setiap hari. Kebiasaan ini sangat dipengaruhi oleh faktor budaya, ekonomi, lingkungan, dan pengetahuan gizi²⁴.

Dengan kata lain, pola makan adalah kebiasaan sehari-hari dalam mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat memengaruhi status kesehatan seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Pola makan adalah cara mengatur jenis dan jumlah makanan yang sesuai dengan proporsi kebutuhan tubuhnya guna mempertahankan kesehatan, memenuhi nutrisi, dan mencegah penyakit²⁰. Pola makan juga dapat didefinisikan sebagai karakteristik atau ciri khas dari aktivitas makan individu yang secara berulang kali dalam memenuhi kebutuhan tubuhnya⁸. Pola makan memberikan gambaran mengenai jenis bahan makanan, frekuensi makan dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi.

1. Indikator Pengukuran Pola Makan

Pola Makan diukur menggunakan Metode Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) yaitu metode untuk mengetahui gambaran kebiasaan asupan gizi individu pada kurun waktu tertentu, melibatkan pengumpulan data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama jangka waktu tertentu untuk lebih memahami kebiasaan konsumsi makanan untuk jangka waktu tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun.

Kuesioner frekuensi makanan mencakup daftar makanan atau bahan makanan dan frekuensi konsumsi makanan tersebut dalam jangka waktu

tertentu. Bahan makanan yang tercantum dalam kuesioner merupakan bahan yang cukup sering dikonsumsi oleh responden.

Variabel dalam penelitian ini adalah pola makan yang terdiri dari jumlah, jenis dan frekuensi. Jenis makanan adalah macam bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh anak. Baik jika mengkonsumsi bahan makanan yang terdiri dari bahan pokok (beras, gandum, jagung, kedelai, umbi-umbi, dll), lauk pauk (daging sapi, kambing, ayam, ikan, telur dll) sayuran dan buah-buahan (wortel, tomat, kangkung, sawi, bayam, dan singkong, pisang, semangka, pepaya, timun, apel terong dll). Kurang jika tidak terpenuhi atau tidak mengkonsumsi salah satu bahan makanan tersebut. Frekuensi makan adalah frekuensi sebuah makanan yang dikonsumsi oleh anak setiap hari. Baik jika makan utama 3x dalam sehari (pagi, siang dan malam). Kurang jika makan utama kurang dari 3x dalam sehari. Jumlah makanan adalah jumlah asupan zat gizi energi dan protein yang dikonsumsi oleh anak dalam satu hari. Baik jika konsumsi anak sesuai dengan kebutuhan yang ada di AKG, kurang jika tidak sesuai dengan kebutuhan²⁴.

Tabel 2.2 Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat yang dianjurkan (per orang per hari)

Kelompok Umur	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
7 – 9 tahun	1650	40	55	250
10-12 tahun (laki-laki)	2000	50	65	300
10-12 tahun (perempuan)	1900	55	65	280

(Sumber : Angka Kecukupan Gizi tahun 2019)²⁵

1. Frekuensi Makan

Frekuensi makan yang dijelaskan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2012 adalah makan 3 kali sehari secara teratur yang dimulai dari makan pagi, makan siang dan makan malam²⁶. Frekuensi makan merupakan berulang kali makan dalam sehari dengan jumlah 3 kali yaitu makan pagi, makan siang dan makan malam. Ketiga waktu makan ini penting untuk menjaga keseimbangan energi dan asupan nutrisi tubuh.

Pola makan yang baik mendukung frekuensi makan yang teratur. Sebagai contoh, sarapan pagi tidak hanya mengawali hari dengan energi, tetapi juga mencegah makan berlebihan saat siang. Begitu pula makan siang dan makan malam membantu mempertahankan kadar gula darah, mengatur metabolisme, dan mencegah rasa lapar yang berlebihan di malam hari. Konsumsi camilan sehat di antara waktu makan utama juga dapat menjadi bagian dari pola makan yang seimbang, selama tidak berlebihan dan tetap bernutrisi.

2. Jenis Makanan

Jenis makanan merupakan macam-macam makanan yang dikonsumsi setiap harinya. Jenis makanan terdiri dari atas makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah. Makanan pokok merupakan sumber energi utama yang mengandung karbohidrat tinggi, seperti nasi, jagung, ubi, roti, dan kentang. Lauk hewani adalah sumber protein hewani yang penting untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh, seperti daging, ikan, telur, dan susu. Sementara itu, lauk nabati seperti tahu, tempe, dan kacang-kacangan juga berperan penting sebagai sumber protein nabati, terutama bagi individu yang menerapkan pola makan berbasis nabati²⁰.

Sayuran dan buah-buahan juga merupakan bagian penting dari jenis makanan. Sayuran mengandung vitamin, mineral, dan serat yang bermanfaat untuk sistem pencernaan serta pencegahan penyakit kronis. Buah-buahan, di sisi lain, kaya akan vitamin dan antioksidan yang membantu menjaga daya

tahan tubuh. Keragaman jenis makanan mengacu pada variasi makanan atau kelompok makanan yang dikonsumsi setiap hari. Semakin beragam makanan yang dikonsumsi, semakin besar kemungkinan terpenuhinya kebutuhan gizi seseorang secara seimbang.

Variasi dari teknik pengolahan seperti direbus, digoreng, disetup, akan memberikan penampilan dan tekstur dari makanan menjadi berbeda. Pengolahan dalam satu menu untuk mencegah terjadinya kebosanan²⁶.

3. Jumlah Asupan

a) Energi

Tubuh memerlukan energi sebagai sumber tenaga untuk segala aktivitas. Energi diperoleh dari makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai zat gizi terutama karbohidrat dan lemak. Sumber energi adalah bahan makanan sumber lemak, seperti lemak dan minyak, kacang-kacangan dan biji-bijian. Selain itu bahan makanan sumber karbohidrat, seperti padi-padian, umbi-umbian dan gula murni²⁷.

b) Protein

Protein merupakan zat gizi yang sangat penting karena yang paling erat hubungannya dengan proses-proses kehidupan dan protein menyediakan bahan-bahan yang penting peranannya untuk pertumbuhan serta pemeliharaan jaringan tubuh. Sumber protein bisa berasal dari bahan makanan hewani maupun bahan makanan nabati. Bahan makanan hewani merupakan sumber protein yang baik, dalam jumlah maupun mutu, seperti telur, susu, daging, unggas, ikan dan kerang. Sumber protein nabati adalah kacang kedelai dan hasilnya, seperti tempe, dan tahu serta kacang-kacangan lainnya²⁷.

c) Lemak

Lemak adalah salah satu nutrisi makro yang penting bagi tubuh manusia yang berfungsi menyediakan cadangan energi tubuh, isolator, pelindung organ dan menyediakan asam-asam lemak esensial. Lemak terdiri dari asam lemak dan merupakan zat organik yang tidak larut air. Lemak dapat ditemukan

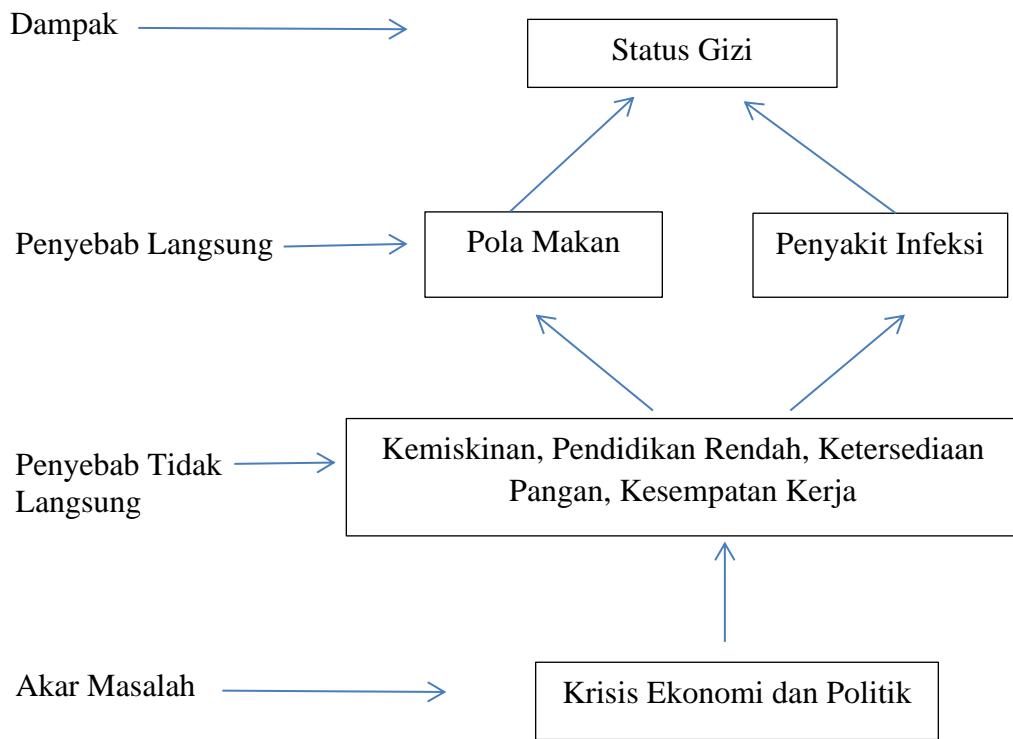
dalam makanan seperti minyak zaitun, alpukat, daging, kacang-kacangan dan susu²⁷.

d) Karbohidrat

Karbohidrat adalah zat gizi sumber energi paling penting bagi makhluk hidup karena molekulnya menyediakan unsur karbon yang siap digunakan oleh sel. Karbohidrat dikenal sebagai zat gizi makro sumber “bahan bakar” (energi) utama bagi tubuh. Sumber karbohidrat utama dalam pola makan Indonesia adalah beras.

D. Kerangka Teori

Pada kerangka teori, peneliti ingin meneliti status gizi yang dipengaruhi tentang pola makan yang meliputi jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makanan.



Sumber²⁸ : Unicef,1998

Gambar 1 Kerangka Teori

E. Kerangka Konsep

Pada kerangka konsep, peneliti ingin meneliti tentang pola makan yang meliputi jenis makanan, jumlah asupan dan frekuensi makan.

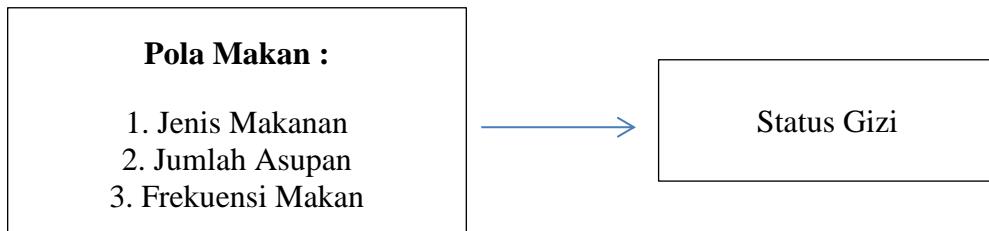
Variabel Independen

Pola Makan :

- 1. Jenis Makanan
- 2. Jumlah Asupan
- 3. Frekuensi Makan

Variabel Dependen

Status Gizi



Gambar 2 Kerangka Konsep

F. Definisi Operasional

Tabel 2.3 Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Status Gizi	<p>Status gizi merupakan suatu keseimbangan antara jumlah zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan. Apabila asupan tidak terpenuhi maka akan berdampak pada status gizi seseorang.</p> <p>Status gizi dihitung menggunakan indikator Z-Score IMT/U</p>	<p>Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan</p>	<p>Timbangan digital, microtoise</p>	<p>Z- Score IMT/U :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gizi buruk $< - 3 SD$ • Gizi kurang $- 3 SD < sd < - 2 SD$ • Gizi baik $- 2 SD < Sd + 1 SD$ • Gizi lebih $+ 1 SD < Sd + 2 SD$ • Obesitas $> +2 SD$ <p>Sumber : ¹⁹</p>	Ordinal

Pola Makan	Pola makan adalah kebiasaan seseorang atau kelompok dalam memilih, mengatur, dan mengonsumsi jenis serta jumlah makanan pada waktu tertentu secara teratur.	Wawancara	SQ-FFQ	Pola makan :	Ordinal
				<p>1. Baik jika 3 terpenuhi (jenis makanan beragam, jumlah asupan cukup dan frekuensi makan baik)</p> <p>2. Tidak baik jika < 3 (jenis, jumlah dan frekuensi)</p> <p>Jenis² :</p> <p>1. Beragam, jika jenis makanan yang dikonsumsi lengkap terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, buah-buahan</p> <p>2. Tidak beragam, jika makanan yang dikonsumsi tidak lengkap makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.</p>	

Jumlah:

Asupan energi dan protein²⁹:

1. Lebih, jika > 100% AKG
2. Cukup, jika mencapai 80% - 100% AKG
3. Kurang, jika < 80% dari AKG

Frekuensi Makan² :

1. Baik, jika: makan 3 kali sehari
 2. Kurang baik, jika : makan kurang dari 3 kali sehari
-

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional dengan desain penelitian Cross Sectional yaitu suatu penelitian yang mencoba mengetahui mengapa masalah tersebut bisa terjadi dimana variabel independen yaitu Pola Makan yang meliputi Jenis Makanan, Jumlah Asupan, Frekuensi Makan dan variabel dependen yaitu Status Gizi.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Padang. Penelitian ini dilakukan pada Januari s/d Mei 2025

C. Populasi dan Sampel

a) Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 3, 4 dan 5 di SDN 27 Kampung Jua, Lubuk Begalung Padang yang berjumlah 161 orang.

b) Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari objek yang diteliti secara acak dan dianggap mewakili seluruh populasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *Proportional sampling* yaitu pengambilan sampel yang diambil dari perwakilan dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada didalam masing-masing kelompok. Sampel pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus besar sampel ditentukan dengan rumus estimasi proporsi finit, yaitu:

$$n = \frac{Z^2 1 - \frac{\alpha}{2} P(1 - P) N}{d^2(N - 1) + Z^2 1 - \frac{\alpha}{2} P(1 - P)}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

$Z\alpha/2$ = Nilai Z pada derajat kepercayaan $1\alpha/2$ (1.96)

N = Populasi (161)

P = Proporsi hal yang diteliti (18,4%)

d = Presisi/derajat yang diinginkan (10%)

$$n = \frac{Z^2 P(1 - P)N}{d^2(N - 1) + Z^2 P(1 - P)}$$

$$n = \frac{(1,96)^2(0,184)(1 - 0,184)161}{(0,1)^2(161 - 1) + (1,96)^2(0,184)(1 - 0,184)}$$

$$n = \frac{(3,84)(0,184)(0,816)161}{(0,01)(160) + (3,84)(0,184)(0,816)}$$

$$n = \frac{92,82}{1,6 + 0,57}$$

$$n = \frac{92,82}{2,17} = 42,77$$

n = 43 responden

D. Cara Pengambilan Sampel

1. Tentukan populasi penelitian
2. Identifikasi karakteristik yang menjadi anggota populasi
3. Tentukan jumlah siswa dari masing-masing kelas
4. Tentukan berapa besar jumlah siswa yang dianggap mewakili kelasnya
5. Ambil dari setiap kelas sebagian unit yang menjadi anggotanya untuk mewakili kelas yang bersangkutan

Menetukan Jumlah Siswa per Kelas

Tabel 3.1 Jumlah Sampel per Kelas

No	Kelas	Perhitungan	Jumlah Siswa
1	III	$\frac{53}{161} \times 43$	14
2	IV	$\frac{53}{161} \times 43$	14
3	V	$\frac{55}{161} \times 43$	15
Total			43

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data pada penelitian ini terbagi menjadi 2 yaitu :

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari hasil wawancara dengan sampel yaitu siswa kelas 3,4 dan 5 di SDN 27 Kampung Jua menggunakan SQ-FFQ untuk mengetahui pola makan, jenis makanan, frekuensi makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi selama 1 bulan yang lalu. Sedangkan untuk status gizi diukur langsung melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan alat timbangan digital dan microtoise pada sampel di SDN 27 Kampung Jua.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diambil secara tidak langsung atau data yang sudah ada mengenai SD Negeri 27 Kampung Jua seperti gambaran umum sekolah dan jumlah siswa

2. Cara Pengambilan Data

a. Data Identitas Sampel

Data ini meliputi nama, jenis kelamin, kelas, tanggal lahir dan umur yang dikumpulkan dengan cara memberikan form identitas kepada responden.

b. Status Gizi

Data status gizi dengan indeks IMT/U diperoleh dengan cara melakukan pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan. Alat yang digunakan yaitu microtoise untuk pengukuran tinggi badan sedangkan untuk pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital. Setelah dilakukan pengukuran tersebut kemudian dilakukan perhitungan z-score IMT/U untuk melihat status gizi.

c. Pola Makan

Pola makan diperoleh melalui wawancara menggunakan SQ-FFQ untuk mengetahui pola makan, jenis makanan, frekuensi makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi.

F. Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data pada penelitian yaitu sebagai berikut :

1. *Editing* (Pemeriksaan Data)

Data yang diperiksa jika terjadi kesalahan pada kegiatan wawancara atau pengukuran terkait pola makan dan status gizi siswa dan dilakukan pemeriksaan ulang apakah data yang diperoleh sudah benar terisi lengkap, relevan dan dapat dibaca dengan baik.

2. *Coding* (Pengkodean)

Pengkodean data dilakukan setelah pemeriksaan data selesai dilakukan.

a. Status gizi

Kode 1 : gizi kurang – 3 SD sd < - 2 SD

Kode 2 : gizi baik - 2 SD sd + 1 SD

Kode 3 : gizi lebih + 1 SD sd + 2 SD

Kode 4 : obesitas > + 2 SD

b. Frekuensi makanan

Kode 1 : baik, jika: makan 3 kali sehari

Kode 2 : Kurang baik, jika : makan kurang dari 3 kali sehari

c. Jumlah makanan (energi dan protein)

Kode 1 : Lebih, jika > 100% AKG

Kode 2 : Cukup, jika mencapai 80% - 100% AKG

Kode 3 : Kurang, jika < 80% dari AKG

d. Jenis makanan

Kode 1 : Beragam, jika jenis makanan yang dikonsumsi lengkap terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, buah-buahan

Kode 2 : Tidak beragam, jika makanan yang dikonsumsi tidak lengkap makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.

e. Pola makan

Kode 1 : Baik jika 3 terpenuhi (jenis, jumlah dan frekuensi)

Kode 2 : Tidak baik jika < 3 (jenis, jumlah dan frekuensi)

3. *Entry Data* (Pemasukan Data)

Memasukkan data yang sudah dilakukan editing dan coding

4. *Cleaning Data* (Pembersihan Data)

Data yang telah dimasukkan kedalam aplikasi dilakukan pengecekan ulang agar tidak terjadi kesalahan. Kesalahan tersebut dapat terjadi pada saat proses memasukkan data ke aplikasi, kebenaran data dilihat dengan mempertimbangkan kesesuaian jawaban dengan form SQ-FFQ.

G. Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan cara Univariat yaitu bertujuan untuk mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Univariat digunakan untuk melihat deskriptif atau data proporsi penelitian.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SDN 27 Kampung Jua adalah sebuah Institusi Pendidikan SD Negeri yang berlokasi di Jalan Kampung Jua, Kelurahan Kampung Jua Nan XX, Kecamatan Lubuk Begalung, Kota Padang, Sumatera Barat. Jumlah siswa di SDN 27 Kampung Jua pada tahun ajaran 2024/2025 adalah sebanyak 315 orang, selain itu SDN 27 Kampung Jua memiliki guru yang berjumlah 22 orang.

Fasilitas yang dimiliki SDN 27 Kampung Jua yaitu ruang kelas sebanyak 6 kelas, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang guru dan ruang kepala sekolah dan 1 koperasi. Pembelajaran di SDN 27 Kampung Jua dalam seminggu dilakukan selama 6 hari berturut-turut yang terbagi menjadi 2 shift yaitu shift pagi dan shift siang.

2. Gambaran Umum Responden

Responden pada penelitian ini adalah siswa kelas 3,4, dan 5 dengan jumlah sampel 43 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi responden menurut jenis kelamin dan kelas dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dan kelas

Jenis Kelamin	Kelas							
	3		4		5		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Laki-laki	8	35	8	35	7	30	23	100
Perempuan	6	30	6	30	8	40	20	100
Total	14		14		15		43	

Pada tabel 4.1 diketahui bahwa jenis kelamin laki-laki lebih banyak yaitu 23 orang (53%) dibandingkan siswa perempuan 20 orang (47%).

3. Hasil Analisa Univariat

a. Status Gizi (IMT/U)

Menurut Kementerian Kesehatan, status gizi adalah keadaan dimana tubuh mempunyai kecukupan gizi yang dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan gizi.

Status gizi dikumpulkan dengan melakukan pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise, maka didapatkan hasil distribusi status gizi (IMT/U) siswa dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Status Gizi (IMT/U) di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Status Gizi	z-score	n	%
Gizi Kurang	-3 SD sd < -2 SD	7	16
Gizi Baik	-2 SD sd +1 SD	24	56
Gizi Lebih	+1 SD sd +2 SD	8	19
Obesitas	>+2 SD	4	9
Total		43	100

Pada tabel 4.2 dapat diketahui permasalahan status gizi siswa yaitu terdiri dari gizi kurang 7 orang (16%), gizi lebih 8 orang (19%) dan obesitas 4 orang (9%). Hasil penelitian didapatkan rata-rata z-score status gizi siswa yaitu (-0,16 SD) sedangkan z-score minimum status gizi siswa (-2,41 SD) dan z-score maksimum (2,8 SD).

b. Pola Makan

Pola makan siswa berdasarkan distribusi jenis makanan, jumlah asupan, dan frekuensi makan dilakukan melalui wawancara menggunakan form SQ-FFQ dapat dilihat pada tabel berikut:

1) Jenis Makanan

Jenis makanan merupakan macam-macam makanan yang dikonsumsi oleh siswa. Jenis makanan terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Jenis Makanan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Jenis Makanan	n	%
Beragam	22	51
Tidak Beragam	21	49
Total	43	100

Pada tabel 4.3 diketahui jenis makanan yang dikonsumsi siswa dengan kategori tidak beragam yaitu sebanyak 21 orang (49%). Dari hasil wawancara diperoleh sebanyak 15 orang (35%) tidak mengonsumsi buah, 10 orang (23%) tidak mengonsumsi sayur dan 9 siswa (21%) tidak mengonsumsi protein nabati, siswa yang tidak mengonsumsi buah, sayur dan protein nabati dikarenakan siswa tidak menyukainya. Jenis makanan yang sering dikonsumsi siswa yaitu untuk karbohidrat seperti nasi, mie, dan donat untuk Protein hewani seperti ayam dan telur, untuk protein nabati seperti tahu dan tempe.

2) Jumlah Asupan Energi dan Protein

a) Asupan Energi

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Asupan Energi di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Asupan Energi	n	%
Lebih	5	12
Cukup	19	44
Kurang	19	44
Total	43	100

Pada tabel 4.4 didapatkan hasil asupan energi yang dikonsumsi siswa dengan kategori lebih yaitu sebanyak 5 orang (12%) dan kurang sebanyak 19 orang (44%). Rata-rata asupan energi siswa yaitu $1449,1 \text{ kkal} \pm 314,4 \text{ kkal}$, asupan energi minimum 871,3 kkal dan maksimum 2303,4 kkal. Makanan yang dikonsumsi siswa dengan tinggi kalori seperti gula, coklat, dan donat, ketiga jenis makanan tersebut sering dikonsumsi siswa 3-4 kali seminggu. Sedangkan penyebab asupan energi kurang yaitu kurangnya asupan yang dikonsumsi karena sebagian siswa tidak mengonsumsi protein nabati, sayur dan buah.

b) Asupan Protein

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Asupan Protein di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Asupan Protein	n	%
Lebih	4	9
Cukup	20	47
Kurang	19	44
Total	43	100

Pada tabel 4.5 didapatkan hasil asupan protein yang dikonsumsi siswa dengan kategori lebih yaitu sebanyak 4 orang (9%) dan kurang sebanyak 19 orang (44%). Rata-rata asupan protein yang dikonsumsi siswa yaitu $36,6\text{gr} \pm 8,6$ gr, asupan protein minimum 21gr dan asupan protein maksimum 53gr. Penyebab siswa kurang mengonsumsi protein yaitu dikarenakan siswa mengonsumsi protein hewani dan yang dikonsumsi kebanyakan hanya ayam dan telur, untuk protein nabati sebanyak 9 siswa (21%) tidak mengonsumsi protein nabati.

3) Frekuensi Makan

Frekuensi makan adalah kebiasaan makan yang meliputi 3 kali sehari secara teratur yang dimulai dari makan pagi, makan siang dan makan malam dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi siswa Berdasarkan Frekuensi Makan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Frekuensi Makan	n	%
Baik	37	86
Kurang Baik	6	14
Total	43	100

Pada tabel 4.6 diketahui frekuensi makan siswa dengan kategori kurang baik yaitu sebanyak 6 orang (14%). Rata-rata siswa makan 3 kali sehari yaitu 2,86 atau dikategorikan baik. Hampir seluruh siswa makan dengan frekuensi 3 kali sehari.

4) Pola Makan

Pola makan yang baik meliputi jenis makanan beragam, jumlah asupan cukup, dan frekuensi makan baik dapat dilihat pada tabel 4.7.

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Pola Makan di SDN 27 Kampung Jua Kecamatan Lubuk Begalung tahun 2025

Pola Makan	n	%
Baik	13	30
Tidak Baik	30	70
Total	43	100

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui pola makan siswa dengan kategori tidak baik yaitu sebanyak 30 orang (70%). Penyebab pola makan yang tidak baik yaitu tidak beragamnya jenis makanan yang dikonsumsi serta kurangnya asupan siswa dalam sehari. Pola makan dikatakan baik jika jenis yang dikonsumsi beragam, jumlah asupan yang cukup dan frekuensi makan yang baik yaitu makan dengan 3 kali sehari.

B. Pembahasan

1. Status Gizi

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua dengan jumlah sampel 23 orang laki-laki dan 20 orang perempuan. Status gizi diukur melalui penimbangan berat badan dengan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa 16% siswa mengalami gizi kurang, 56% memiliki status gizi baik, 19% mengalami gizi lebih, dan 9% tergolong obesitas.

Status gizi merupakan suatu keadaan yang tercipta dari keseimbangan antara jumlah zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Status gizi dalam penelitian ini menggunakan indikator IMT/U. Indeks IMT/U seseorang dikategorikan gizi

kurang – 3 SD sd < - 2 SD, gizi baik - 2 SD sd + 1 SD, gizi lebih + 1 SD sd + 2 SD dan obesitas > + 2 SD²⁵.

Dibandingkan dengan hasil penelitian Sogia (2022) di SDN 8 Tanjung Bonai Aur Sijunjung, didapatkan hasil yaitu sebanyak 8 orang (25,8%) dengan masalah gizi kurang dan gizi lebih sebanyak 12 orang (27,9%)³⁰. Sedangkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan siswa dengan masalah gizi lebih yaitu sebanyak 28%, masalah gizi lebih pada penelitian ini lebih tinggi dibandingkan dengan hasil penelitian Sogia.

2. Pola Makan

Pola makan diperoleh dari hasil pengolahan data yang meliputi frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah asupan. Hasil penelitian didapatkan siswa dengan pola makan yang tidak baik sebanyak 70%, permasalahan yang ditemukan pada pola makan yang tidak baik yaitu terdapat masalah di jumlah asupan dan jenis makanan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dina menunjukkan bahwa 90,8% orang yang memiliki pola makan yang kurang baik³¹.

Faktor yang menjadi pendukung masalah pola makan siswa seperti jenis makanan, jumlah asupan, dan frekuensi makan. Orang tua berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan anak, baik dari segi penyediaan makanan di rumah maupun pemberian bekal ke sekolah. Lingkungan sekolah juga memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi dan contoh pola makan sehat melalui kantin sehat dan program edukasi gizi. Namun, berdasarkan hasil penelitian, masih banyak siswa yang belum mendapatkan edukasi gizi secara optimal, baik dari keluarga maupun sekolah. Hal ini berdampak pada rendahnya proporsi siswa dengan pola makan sehat dan seimbang. Pada penelitian ini ditemukannya frekuensi makan siswa yang kurang baik sebanyak 6 orang (14%). Frekuensi makan yaitu berapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan Dari hasil wawancara siswa melewati sarapan pagi karena

takut terlambat datang ke sekolah atau kebiasaan makan siswa hanya 1-2 kali sehari. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Leviana 2023 tentang analisis pola makan dan status gizi pada siswa-siswi kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi, distribusi frekuensi makan dari 30 responden didapatkan sebanyak 18 siswa siswi kelas V dengan frekuensi makan yang tidak teratur (60%)²⁰.

Hasil penelitian mengenai jumlah asupan masih ditemukan 44% siswa mengonsumsi energi kurang dan 12% mengonsumsi energi lebih. Penyebab asupan energi lebih yaitu dikarenakan siswa sering mengonsumsi makanan manis yaitu 3-4 kali seminggu dan makanan manis rutin yang dikonsumsi siswa seperti gula, coklat, donat. Sedangkan Konsumsi energi yang kurang disebabkan oleh kurangnya asupan makan yang dikonsumsi dan kurangnya pengetahuan siswa terkait makanan yang dimakan agar terpenuhinya kalori siswa dalam satu hari. Dan untuk jumlah protein didapatkan 44% siswa mengonsumsi protein kurang dan 9% mengonsumsi protein lebih. Salah satu penyebab konsumsi protein kurang yaitu karena siswa mengkonsumsi hanya beberapa jenis saja seperti ayam, ikan, dan telur. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sogia tentang Gambaran Pola Makan Siswa Kelas V di SDN 8 Tanjung Bonai Aur Sijunjung didapatkan hasil 35,5% siswa memiliki energy yang kurang dan 32,3% siswa mengonsumsi protein kurang²⁵.

Hasil penelitian yang dilakukan jenis makanan yang dikonsumsi siswa sebanyak 49% tidak beragam disebabkan adanya beberapa siswa yang kurang atau tidak mengonsumsi protein nabati, sayur dan buah. Jenis makanan merupakan banyaknya variasi makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur dan buah²⁰. Jenis makanan yang dikonsumsi siswa yaitu makanan pokok dan protein hewani siswa jarang mengonsumsi protein nabati sayur dan buah dikarenakan sebagian siswa tidak menyukai sayur, protein nabati dan tidak tersedianya buah dirumah. Dari data yang diperoleh sebanyak 15 siswa (35%) tidak mengonsumsi buah, 10 siswa (23%) tidak mengonsumsi sayur

dan 9 siswa (21%) tidak mengonsumsi protein nabati. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Leviana 2023 tentang analisis pola makan dan status gizi pada siswa-siswi kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi menunjukkan bahwa jenis makanan yang dikonsumsi siswa tidak beragam yaitu 43,3%.

Pola makan yang kurang baik biasanya dikarenakan tidak terpenuhinya kebutuhan siswa baik dari segi jenis yang tidak beragam, jumlah asupan yang tidak cukup dan frekuensi makan yang kurang baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pola makan siswa di SDN 27 Kampung Jua sebagian besar tidak baik yaitu sebanyak 30 orang (70%).
2. Status gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua sebagian besar baik yaitu sebanyak 56%, namun ditemukan masalah gizi sebesar 19% gizi lebih, 9% obesitas, dan gizi kurang sebanyak 16%.

B. Saran

1. Diharapkan siswa untuk menghindari konsumsi makanan manis secara berlebihan, karena pola makan yang tidak seimbang termasuk konsumsi makanan manis berkontribusi pada tingginya angka gizi lebih dan obesitas di kalangan siswa.
2. Diharapkan orang tua dapat menyiapkan bekal dari rumah, agar siswa tidak terlalu sering membeli jajanan di luar yang umumnya kurang sehat dan dapat memperburuk pola makan anak.
3. Sekolah dan pihak terkait perlu rutin memberikan penyuluhan dan edukasi gizi kepada siswa untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran mereka tentang pentingnya pola makan sehat, sehingga dapat mendorong perubahan perilaku makan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sambo M, Ciuantasari F, Maria G. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah Pendahuluan. 2020;11(1):423-429. doi:10.35816/jiskh.v10i2.316
2. Ruaida N, Sammeng W, Haluruk MK. Pola Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Inpres 36 Rumah Tiga. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*. Published online 2023.
3. Taradipa PT, Margawati A, Purwanti R, Candra A. Perbedaan Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Journal of Nutrition College*. 2020;9(4):247-257.doi:10.14710/jnc.v9i4.28445
4. Tomaso VA, Dary D, Dese DC. Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. Published online 2021.
5. Laporan Riskesdas Nasional. Published online 2018.
6. Laporan SKI. Published online 2023.
7. Puskesmas Pagambiran. Format Screnening Anak Sekolah. Published online 2023.
8. Hasan S, Surasno DM, Mansyur S. Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Kebiasaan Sarapan dengan Prestasi Belajar Siswa Mts Daru Ulum Sasa. Published online 2022.
9. Prasasti, Harumita P. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi, Dukungan Orang Tua, Fasilitas Sekolah dengan Prestasi Belajar Siswa di SD Negeri 01 Gunung Sari Kec. Bonegunu Kab. Buton Utara. Published online 2016.
10. Hapsari dkk. Gambaran Status Gizi Siswa SD Negeri 3 Peliatan Kecamatan Ubud, Kabupaten Gianyar. *Journal Riset Gizi*. 2013;(2).
11. Sapira N, Ariani Y. Hubungan pola makan dengan status gizi anak di SDN 43 Kota Pekanbaru. *Jurnal Ibu dan Anak*. 2016;1(2).
12. Wansyaputri RR, Ekawaty F, Nurlinawati N. Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 49/IV Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*. Published online 2021:103-11

13. Nugroho Koko, Mulyadi GNMM. Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Semester 2 Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran. *e-journal Keperawatan*. Published online 2016.
14. Baliwati YF. *Pengantar Pangan Dan Gizi*. Penerbangan Swadaya; 2004.
15. Arfah, Arni Isnaini, Fathiyah Arifin A, Safitri A, Laddo N. Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Fakumi Medical Journal*. Published online 2021.
16. Arfah, Asmin, Arifiin, Arni Isnaini AF, Safitri A, Laddo N. Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*. Published online 2021. doi:10.33096/fmj.v1i1.9
17. Kemenkes RI.2017. *Penilaian Status Gizi*. Pusat Pendidikan Sumberdaya Manusia Kesehatan. Badan Pemberdayaan dan Pengembangan SDM Kesehatan; 2017.
18. Yunawati I et al., Edited by Effendy DS. and DD. Penilaian Status Gizi. Published online 2023.
19. PMK No 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Published online 2020.
20. Leviana S, Agustina Y. Analisis Pola Makan dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*. 2024;6(4).
21. Kanah P. Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*. 2020;4.
22. Thamaria N. *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan RI; 2017.
23. Supariasa IDN. *Penilaian Status Gizi*. Gramedia; 2016.
24. Almatsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama; 2009.
25. PMK. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Published online 2019.
26. Sitompul, Stefani O, Samodra, Yoseph L, Kuntjoro I. Hubungan Pola Makan Anak Dengan Status Gizi Siswa Tk Bopkri. *Indonesian Journal of Nursing*

- Health Science.* Published online 2020.
27. Hadza RQ. Kebutuhan Energi Dalam Tubuh. *Osflo.* Published online 2017. <https://osf.io/preprints/ad2b6/>
 28. UNICEF. Kerangka Teori. Published online 1998.
 29. Nur, Angkasa D, Melani V. Hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi. *Nutrire Diaita.* 2017;9(2):59-66.
 30. Hasanah S. Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Anak kelas V SDN 8 Tanjung Bonai Aur, Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung. *Braz Dent J.* 2022;33.
 31. Yusnita DH, Pradigdo SF, Rahfiluddin MZ. Hubungan Body Image dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja Putri di SMPN 12 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* Published online 2019.<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Pernyataan Persetujuan Responden**“PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN”**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Tanggal Lahir :

Umur :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden penelitian dan membantu segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian atas nama **Riffi Maya Rosanti** dengan judul **“Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SD Negeri 27 Kampung Jua”**.

Padang, Januari 2025

Yang Bertanda Tangan

(.....)

Lampiran 2. Formulir Responden

Data Antropometri

“FORMULIR RESPONDEN”

No. Sampel : _____

Tanggal Wawancara : _____

Identitas Responden

Nama Siswa : _____

Tempat/ Tanggal Lahir : _____

Jenis Kelamin : _____

Umur : _____

Kelas : _____

Alamat : _____

Data Antropometri

Tanggal Pengukuran : _____

Berat Badan : _____ (kg)

Tinggi Badan : _____ (cm)

IMT/U : _____

Lampiran 3. SQ-FFQ

“SEMI QUANTITATIF FOOD FREQUENCY QUESIONER (SQ-FFQ)”

Nama : _____

Kelas : _____

Tempat/ Tanggal Lahir : _____

Umur : _____

Tanggal Pengisian : _____

URUT	NAMA BAHAN MAKANAN	HARI (...kali)	MING GU (...kali)	BLN (...kali)	PORSI	
					URT	GRAM
Serealia						
1	Beras					
2	Jagung					
3	Bubur beras					
4	Tepung maizena					
5	Tepung terigu					
6	Mie kering					
7	Bihun					
8	Makaroni					
9	Roti gandum					
10	Roti tawar					
11	Biskuit					
12	Donat					

13	Mie Bakso					
14	Sereal					
UMBI- UMBIAN						
1	Kentang					
2	Singkong putih					
3	Ubi jalar					
4	Talas					
PROTEIN HEWANI						
1	Daging ayam					
2	Daging sapi					
3	Telur ayam					
4	Telur itik					
5	Telur puyuh					
6	Ikan tongkol					
7	Udang segar					
8	Ikan teri nasi kering					
9	Ikan Lele					
10	Ikan mas					
11	Ikan Mujair					
12	Ikan Nila					
13	Ikan kakap					
14	Ikan bandeng					

15	Ikan kembung					
16	Cumi-cumi					
LEMAK / MINYAK						
1	Margarin					
2	Minyak kelapa					
3	Minyak kelapa sawit					
4	Minyak Sayur					
PROTEIN NABATI						
1	Kacang hijau					
2	Kacang kedele					
3	Kacang merah					
4	Kacang tanah					
5	Tahu					
6	Tempe					
GULA						
1	Gula pasir					
2	Gula aren					
3	Madu					
4	Meises					
5	Coklat					
SAYURAN						
1	Kool merah/putih					

2	Bayam					
3	Brokoli					
4	Kembang kol					
5	Daun singkong					
6	Kangkung					
7	Buncis					
8	Mentimun					
9	Kangkung					
10	Kacang panjang					
11	Labu siam					
12	Selada					
13	Terong ungu					
14	Toge					
15	Tomat masak					
16	Wortel mentah					
17	Sawi putih					
18	Sawi Hijau					
19	Jamur kuping					
BUAH						
1	Alpokat					
2	Apel					
3	Jambu air					
4	Jeruk manis					

5	Anggur					
6	Mangga					
7	Nanas					
8	Nangka					
9	Pepaya					
10	Pisang ambon					
11	Rambutan					
12	Salak					
13	Sawo					
14	Semangka					
15	Melon					
16	Sirsak					
Serba Serbi						
1	Susu Kental Manis					
2	Susu sapi					
3	The					

Lampiran 4. Master Tabel

No Res	NAMA	UMUR	JK	Tgl lahir	Kelas	BB	TB	IMT/U	STT GZ	Frekuensi	kat Frek	Jum.E	kat.E	Jum.P	kat.P	JMP	JPH	JPN	JS	JB	Kat.Jenis	POLA MAKAN
1	AF	9	L	13/11/2015	3	39.7	130	2.66	Obesitas	3	1	1704.4	1	40	1	1	1	1	1	2	tdk beragam	2
2	AP	9	P	04/01/2016	3	37.4	134.6	1.67	Gizi Lebih	3	1	1349.4	2	33	2	1	1	1	1	1	beragam	1
3	AO	9	L	21/10/2015	3	22.6	130.8	-2.41	Gizi Kurang	3	1	962.5	3	21	3	1	2	1	1	2	tdk beragam	2
4	FF	9	P	01/02/2016	3	26.4	126.2	0.25	Gizi Baik	3	1	1369	2	32	2	1	1	1	1	1	beragam	1
5	GR	9	L	29/11/2015	3	31.3	131.1	1.02	Gizi Lebih	3	1	1703.6	1	42	1	1	1	1	1	1	beragam	2
6	RA	9	L	10/03/2016	3	23.6	121.6	-0.1	Gizi Baik	3	1	1139.4	3	29	3	1	1	1	1	1	beragam	2
7	HM	9	P	30/03/2016	3	22.6	125.2	-1.04	Gizi Baik	2	2	1303	2	30	3	1	1	2	1	2	tdk beragam	2
8	HK	8	P	26/05/2016	3	21.7	120	-0.58	Gizi Baik	3	1	1492.5	2	36	2	1	1	1	1	1	beragam	1
9	RR	9	L	26/01/2016	3	24.2	125.2	-0.46	Gizi Baik	3	1	1332	2	32	2	1	1	1	1	1	beragam	1
10	RZ	8	P	12/06/2016	3	20.1	124	-2.04	Gizi Kurang	3	1	1063	3	25	3	1	2	2	1	1	tdk beragam	2
11	RA	9	L	03/11/2015	3	22.1	124	-1.32	Gizi Baik	3	1	1452.8	2	33	2	1	1	1	1	1	beragam	1
12	SJ	9	P	05/09/2015	3	27.1	130	-0.21	Gizi Baik	3	1	871.3	3	21	3	1	1	1	2	2	tdk beragam	2
13	DM	9	L	06/10/2015	3	23.3	126	-1.09	Gizi Baik	3	1	1091.6	3	25	3	1	1	2	2	1	tdk beragam	2
14	FP	10	L	19/06/2014	3	26.60	138	-2.05	Gizi Kurang	3	1	1141.5	3	27	3	1	1	1	2	2	beragam	2
15	RH	10	L	02/01/2015	4	26.8	135.5	-1.35	Gizi Baik	3	1	1794.8	2	47	2	1	1	1	1	1	beragam	1
16	AT	10	P	25/10/2014	4	33.5	136.8	0.42	Gizi Baik	3	1	1609.1	2	44	2	1	1	1	2	2	tdk beragam	2
17	LS	10	L	20/10/2014	4	31.50	134.4	0.38	Gizi Baik	3	1	1293.3	3	32	3	1	1	2	1	2	tdk beragam	2
18	WA	10	L	26/12/2014	4	34.1	134.6	1.04	Gizi Lebih	3	1	1788	2	45	2	1	1	1	1	1	beragam	1
19	IA	10	L	12/08/2014	4	24.9	134.5	-2.19	Gizi Kurang	2	2	912.6	3	29	3	2	1	2	2	2	tdk beragam	2
20	RM	10	L	01/01/2015	4	26.9	127.1	0.02	Gizi Baik	3	1	944.6	3	27	3	1	2	1	2	1	tdk beragam	2
21	HA	10	P	04/04/2015	4	25.9	135.6	-1.55	Gizi Baik	3	1	1263	3	30	3	1	1	2	1	2	tdk beragam	2
22	AZ	10	P	17/08/2014	4	35.4	133.6	1.06	Gizi Lebih	3	1	1603.2	2	44	2	1	1	1	1	1	beragam	1
23	TH	10	L	04/09/2014	4	42.6	137	2.14	Obesitas	3	1	1652	2	41	2	1	1	1	2	1	tdk beragam	2
24	MF	10	L	07/10/2014	4	43.7	134.5	2.48	Obesitas	3	1	1694.9	2	44	2	1	1	1	1	1	beragam	1
25	HS	10	L	03/01/2015	4	27	135.5	-1.18	Gizi Baik	2	2	1250	3	28	3	1	1	1	1	2	tdk beragam	2
26	HU	9	P	05/06/2015	4	22.6	129.5	-1.98	Gizi Baik	2	2	1647.3	2	46	2	1	1	1	1	1	beragam	2
27	AS	10	P	27/02/2015	4	28	132.2	-0.36	Gizi Baik	3	1	1217.8	3	26	3	1	1	2	1	2	tdk beragam	2
28	SN	10	P	30/12/2014	4	21.8	124.6	-1.67	Gizi Baik	3	1	1308.4	3	28	3	1	1	1	1	2	tdk beragam	2
29	ZA	11	P	09/11/2013	5	36.5	145.5	-0.12	Gizi Baik	3	1	1223	3	35	3	1	1	1	2	2	tdk beragam	2
30	SH	12	P	03/03/2013	5	48	145	1.45	Gizi Lebih	3	1	1516.4	3	45	2	1	1	1	1	1	beragam	1
31	IM	11	P	12/12/2013	5	44.4	144.5	1.3	Gizi Lebih	3	1	1570.8	2	44	2	1	1	1	1	1	beragam	1
32	ZA	11	P	11/11/2013	5	29.3	144.8	-2.12	Gizi Kurang	2	2	1660.1	2	47	2	1	1	2	1	2	tdk beragam	2
33	AA	12	L	10/02/2014	5	31.3	134.5	0.06	Gizi Baik	3	1	1723.1	2	41	2	1	1	1	1	1	beragam	1
34	DS	12	L	12/05/2014	5	30	137.5	-0.63	Gizi Baik	3	1	1577.4	2	43	2	1	1	1	1	1	beragam	1
35	RR	11	L	05/09/2013	5	30.1	139	-1.04	Gizi Baik	3	1	1725.7	2	52	1	1	1	1	1	1	beragam	2
36	FA	11	L	11/06/2013	5	24.8	132.5	-2.26	Gizi Kurang	3	1	1396.2	2	49	2	1	2	1	2	1	tdk beragam	2
37	NN	11	L	28/09/2013	5	52	151.5	1.88	Gizi Lebih	3	1	2303.4	1	53	1	1	1	1	1	1	beragam	2
38	MD	11	L	29/10/2013	5	44.9	142.9	1.74	Gizi Lebih	3	1	2010.7	1	48	2	1	1	1	1	2	tdk beragam	2
39	JB	11	P	04/10/2013	5	34.3	133	0.66	Gizi Baik	3	1	1472	3	34	3	1	1	1	1	1	beragam	2
40	AD	11	L	03/11/2013	5	61.9	149.9	2.8	Obesitas	3	1	2107.2	1	41	2	1	1	1	1	1	beragam	2
41	KD	12	P	23/01/2013	5	42.8	144.6	0.8	Gizi Baik	3	1	1341.9	3	34	3	1	1	1	1	1	beragam	2
42	MA	12	P	03/04/2013	5	30.9	146.5	-2.04	Gizi Kurang	2	2	1139.9	3	29	3	1	1	1	2	1	tdk beragam	2
43	FH	11	P	01/08/2013	5	29.8	139	-1.23	Gizi Baik	3	1	1586.9	3	40	3	1	1	2	1	2	tdk beragam	2

Lampiran 5. Dokumentasi



1. Pengukuran Tinggi Badan



2. Penimbangan Berat Badan



3. Wawancara dengan SQ-FFQ

Lampiran 6. Hasil Output

Frequency

kat. frekuensi makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid baik	37	86.0	86.0	86.0
kurang baik	6	14.0	14.0	100.0
Total	43	100.0	100.0	

jumlah energi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid lebih	5	11.6	11.6	11.6
cukup	19	44.2	44.2	55.8
kurang	19	44.2	44.2	100.0
Total	43	100.0	100.0	

jumlah protein

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid lebih	4	9.3	9.3	9.3
cukup	20	46.5	46.5	55.8
kurang	19	44.2	44.2	100.0
Total	43	100.0	100.0	

jenis makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	beragam	22	51.2	51.2	51.2
	tdk beragam	21	48.8	48.8	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

pola makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	13	30.2	30.2	30.2
	tidak baik	30	69.8	69.8	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	23	53.5	53.5	53.5
	P	20	46.5	46.5	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kelas 5	14	32.6	32.6	32.6
	4	14	32.6	32.6	65.1
	5	15	34.9	34.9	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

status gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Bai	24	55.8	55.8	55.8
	Gizi Kur	7	16.3	16.3	72.1
	Gizi Leb	8	18.6	18.6	90.7
	Obesitas	4	9.3	9.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



Nomor : PP.06.02/F. XXXIX/157/2025
2024
Lampiran :
Hal : Izin Penelitian

Kementerian Kesehatan Poltekkes Padang

Jalan Simpang Rondok Kopi, Nanggala,
Padang, Sumatra Barat 25146.
(0751) 7058528
<https://poltekkes-pdg.kes.go.id>

03 Januari

Yth. Kepala DPMPTSP Kota Padang
Jl. Jendral Sudirman No.1 Padang

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Kementerian Kesehatan Poltekkes Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Diploma Gizi diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Tugas Akhir, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kehadiran Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama	:	Risti Mulya Rosianti
NIM	:	222110228
Judul Penelitian	:	Gambaran Pola Makan dan Status Gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua.
Tempat Penelitian	:	SD Negeri 27 Kampung Jua
Waktu Penelitian	:	Januari s/d Juni 2025

Demikian surat ini kami sampaikan. Adas perhubungan dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Direktur Kamenkes Poltekkes Padang



Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jtwa

Kementerian Kesehatan tidak menjamin keabsahan dan/atau kevalidan isi surat ini. Untuk verifikasi isi surat ini, silakan lakukan melalui HALO KEMENKES 1500587 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keabsahan surat tanggap elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://wbs.kemkes.go.id/verifPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan teknologi informasi
yang diberikan oleh Balai Besar Sekolah Elektronik (BBSE), Badan Standarisasi Nasional

PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jl. Jendral Sudirman No.1 Padang Telp/Fax (0751)099719
Email : dpmptsp.padang@gmail.com Website : www.dpmptsp.padang.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 070.12532/DPMPTSP-PP/XI/2024

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Padang setelah membaca dan mempelajari :

1 Dasar :

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerapan Rekomendasi Penelitian;
- Peraturan Walikota Padang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Pendeklarasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;
- Surat dari Politeknik Kesehatan Padang Nomor : PP.06.02/F.XXXIX/5401/2024;

2. Surat Persetujuan Bertanggung Jawab penelitian yang bersangkutan tanggal 08 November 2024

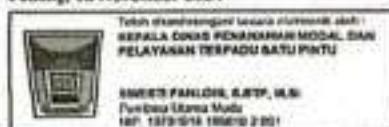
Dengan ini memberikan persetujuan Penelitian / Survey / Penilaian / PKL / FBI (Pengalaman Belajar Lapangan) di wilayah Kota Padang sesuai dengan permasalahan yang bersangkutan :

Nama	: RIFFI MAYA ROSANTI
Tempat/Tanggal Lahir	: Padang / 01 Januari 2004
Pekerjaan/Jabatan	: Mahasiswa
Alamat	: Jl. Berok Rakik II No. 3 Kecamatan Nanggalo
Nomor Handphone	: 083181970492
Makaud Penelitian	: Survey Awal
Lama Penelitian	: 08 November 2024 s.d. 04 Desember 2024
Judul Penelitian	: Gambaran Status Gizi dan Kehilangan Sarapan Pagi terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di Paganitren Padang
Tempat Penelitian	: Puskesmas Pagamitren Padang
Anggota	: -

Dengan Ketentuan Sebagai berikut :

- Berkewajiban menghormati dan mematuhi Peraturan dan Tata Tertib di Daerah setempat / Lokasi Penelitian.
- Pelaksanaan penelitian agar tidak disalahgunakan untuk tujuan yang dapat mengganggu ketertiban keamanan dan keteraturan di daerah setempat lokasi Penelitian
- Wajib melaksanakan protokol kesehatan Covid-19 selama beraktifitas di lokasi Penelitian
- Melaporkan hasil penelitian dan sejelasnya kepada Wali Kota Padang melalui Kantor Kashang dan Politik Kota Padang
- Jika terjadi penyimpangan dari maksid/tujuan penelitian ini, maka Rekomendasi ini tidak berlaku dengan sendirinya.

Padang, 08 November 2024



Tandatangan :

- Wali Kota Padang.
- Wakil Wali Kota Padang.
- Sekretaris Daerah Kota Padang.
- Kepala Dinas Kesehatan dan Politik Kota Padang.

*Indikator teknologi informasi yang menggunakan teknologi yang ditetapkan Biro Perencanaan dan Pengembangan (BPP) Nomor 11 Tahun 2018 Pasal 5
Art. 1 yang berisi "Seluruh teknologi dan teknologi informasi yang digunakan dalam pelaksanaan projek."

+Untuk mendapatkan penerapan dan penindaklanjut dari Inggris Adakan



Kementerian Kesehatan

Direktorat Jenderal

Sumber Daya Manusia Kesehatan

Politeknik Kesehatan Padang

Jl. Jawa Sungai Penuh Raya, Naggaran

Padang, Sumatera Barat 25198

Telp. (071) 7058123

E-mail: <http://www.poltekkes-pdt.go.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXXIX/1304/2025
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

17 Februari 2025

Yth. Kepala Sekolah SDN 27 Kampung Jua
Jl.Kp. Jua Nan XX, Kec. Lubuk Begalung, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Kementerian Kesehatan Poltekkes Padang; Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Diploma 3 Gizi diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Tugas Akhir, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesedian Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Riffi Mayo Rosanti
NIM : 222110229
Judul Penelitian : Gambaran Pola Makan dan Status Gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua.
Tempat Penelitian : SD Negeri 27 Kampung Jua
Waktu Penelitian : Januari sid Juni 2025

Demikian surat ini kami sampaikan. Alas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Direktur Kemenkes Poltekkes Padang



Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa

Kementerian Kesehatan tidak memberi insinuasi dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporan melalui HALO KEMENKES1500607 dan <https://tinyurl.com/y6v6tjz6>. Untuk verifikasi keaslian tamis dengan elektronik, silakan unggah dokumen pada link <https://tinyurl.com/y6v6tjz6>PDF



Dokumen ini adalah hasil karya dan/atau hasil dari pengembangan sektor kesehatan
yang diberikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Bukanlah identitas negara

Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Penelitian



Lampiran 9. Lembar Konsultasi Bimbingan



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Padang 61
**• Jl. Dr. Soeharso Nomor 12, Kampus
 Padang, Sumatera Barat 25166**
• Telp (0751) 302328
• <http://www.poltekkes-pjg.ac.id>

PRODI DIPLOMA TIGA JURUSAN GIZI
KEMENKES POLTEKKES PADANG

Nama : Riffi Maya Rosiani
 NIM : 222110228
 Pembimbing utama : Andrafikar, SKM, M.Kes.
 Judul TA : Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua

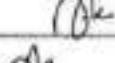
No	Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	Tanda tangan
1.	Kamis 15 Mei 2025	Konsultasi sebelum Penelitian dan Ijin Penelitian	
2.	Senin 19 Mei 2025	Mempersiapkan hasil penelitian dan perbaikan master Isi	
3.	Senin 2 Juni 2025	Perbaikan Isi hasil dan Ubah menjadi grafik	
4.	Selasa 3 Juni 2025	Perbaikan Isi dan Menambah kalimat di bawah	
5.	Rabu 4 Juni 2025	Perbaikan grafik	
6.	Kamis 5 Juni 2025	Perbaikan Isi dan di Pemberonton	
7.	Selasa 10 Juni 2025	Review BAB 1 - V dan akhiran	
8.	Rabu 11 Juni 2025	Ace	

Disetujui oleh :
 Ketua Prodi D-III Gizi

Dr. Hermitha Rus Umar, SKM, MM
 NIP. 19690529 199203 2 002

PRODI DIPLOMA TIGA JURUSAN GIZI
KEMENKES POLTEKKES PADANG

Nama : Risti Maya Rosanti
 NIM : 222110228
 Pembimbing utama : Arlen Defri Nazar, S.ST, M.Biomed
 Judul TA : Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa di SDN 27 Kampung Jua

No	Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	Tanda tangan
1.	Senin 26 Mei 2015	BAB IV Metode Penelitian Perbaikan Isi Isi Babur gizi	
2.	Selasa 26 Mei 2015	Materi label dan pengolahan data	
3.	Senin 01 Juni 2015	Perbaikan Isi Isi di label	
4.	Jumat 12 Juni 2015	Perbaikan label dan diagram Perbaikan	
5.	Senin 15 Juni 2015	Perbaikan Identifikasi (ukuran) Perbaikan saran dan terimpukan	
6.	Rabu 17 Juni 2015	Perbaikan akhirnya	
7.	Rabu 17 Juni 2015	Perbaikan dasar dasar dan ITT	
8.	Rabu 17 Juni 2015	Acc	

Disetujui oleh :
 Ketua Prodi D-III Gizi


Dr. Hermita Bas Umar, SKM, MM
 NIP. 19690529 199203 2 002

JADWAL PENELITIAN

NO	KEGIATAN	WAKTU																			
		November				Desember				Januari				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal Tugas Akhir																				
2	Seminar Proposal Tugas akhir																				
3	Revisi Proposal Tugas akhir																				
4	Perizinan Penelitian																				
5	Persiapan Penelitian																				
6	Pelaksanaan Penelitian																				
7	Pengolahan Data																				
8	Laporan Tugas Akhir																				
9	Seminar Hasil Tugas Akhir																				
10	Revisi Laporan Tugas Akhir																				



Page 2 of 17 • Similarity Overview

Submitted by: [redacted] (2023/03/01)

29% Overall Similarity

The percentage of all matches, including overlapping matches, for such database.

Filtered from the Report

- ▶ Plagiarism
- ▶ Quoted Text

Exclusions

- ▶ 25 Excluded Matches

Top Sources



Page 2 of 17 • Similarity Overview

Submitted by: [redacted] (2023/03/01)